4 MAJ 1935 r.

Opłata pocztowa uiszczona ryczałt

PRAKTYCZNA PANI

N:12

DOBRA OBYWATELKA

TYGODNIK ILUSTROWANY.

WYCHODZI W KAŻDĄ SOBOTĘ

30 gr.

Prenumerata miesięczna 1.30 zł.

Numer ten zawiera 24 str. tekstu z rycinami i kolorowemi modelami sukien oraz osobny arkusz z tablicą krojów i wzorami robót.



Treść:

ŚWIAT W ILUSTRACJI





TRIUMF POLSKIEGO ŚPIEWAKA.

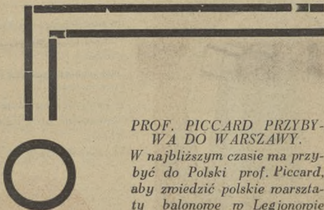
W Hamburskiej operze państwowej debiutował brat Jana Kiepury, Władysław, występujący pod pseudonimem Władysława Ladisa.

Tenor polski debiutował w „Tosce" Cavaradossiego odnosząc wielki sukces.



ISOLA BELLA.

Wyspa na jeziorze Maggiore we Włoszech; miejsce niedawnej konferencji międzynarodowej.



PROF. PICCARD PRZYBYWA DO WARSZAWY.

W najbliższym czasie ma przybyć do Polski prof. Piccard, aby zwiedzić polskie warsztaty balonowe w Legjonowie pod Jabłonną.





OSTATNI HOŁD WARSZAWY DLA ZNAKOMITEGO ARTYSTY.

W dniu 25 kwietnia odbył się w Warszawie pogrzeb świetnego aktora, zmarłego przed samemi świętami Mieczysława Frenkla. Po uroczystem nabożeństwie żałobnem w kościele Św. Krzyża koledzy zmarłego ponieśli trumnę na pl. Teatralny, gdzie przed gmachem Teatru Narodowego i Wielkiego orkiestra Opery Warszawskiej odegrała marsz żałobny.

Na zdjęciu — kondukt pogrzebowy rusza z przed gmachu Opery na cmentarz Powązkowski.



PANAIT ISTRATI NA ŁOŻU ŚMIERCI.

W Bukareszcie zmarł w wieku 56 lat znany powieściopisarz rumuński, tłumaczony na wszystkie języki świata, autor „Kira Kiraliny", „Prezentacji Hajduków" etc.

Na zdjęciu — Panait Istrati na łożu śmierci.



„CUDA ŻYCIA".

W Berlinie otwarta została nader oryginalna wystawa p. n. „Die Wunder des Lebens" (Cuda Życia). Jej celem jest poinformować zwiedzającego jak jest zbudowany i jak funkcjonuje organizm ludzki. Na wystawie znajduje się wielka ilość bardzo interesujących i ciekawych eksponatów, tablic i wykresów z dziedziny biologji, higjeny i t. p.

Powszechną ciekawość budzi „człowiek ze szkła" (na zdjęciu). Jest to przezroczysty model organizmu ludzkiego, naturalnej wielkości, na którym poszczególne organy różnie są zakolorowane.

STULETNIA ROCZNICA NADANIA KONSTYTUCJI 3-GO MAJA W WARSZAWIE

Trzeci maj tchnie w ogrodach...
— — — — — — — — — — — — —
— — — — — — — — —Kaskada się leje
tłumu w plac Aleksandra i dalej — w Aleje.
— — — — — — — — — — — — —
w Botanicznym ogrodzie jest Kopczyk nieduży,
niby nic — jedno drzewo, kilka krzewów róży,
lecz przecież buntownicza myśl w tym kopcu gości
Kołłątajów, Kilińskich — Kościół Opatrzności!
— — — — — — — — — — — — —

A. Bogusławski.

Rok 1891! stuletnia Rocznica Konstytucji 3 Maja. W Warszawie cisza i spokój, ale już w przededniu rocznicy nie mówiło się o niczem innem tylko o mającej się odbyć nazajutrz manifestacji. Nie zdawano sobie dobrze, sprawy, co zamierza zrobić młodzież, obawiano się ciężkich ofiar, surowych kar, złamanych żywotów, więzienia, a jednak serca całego narodu odczuwały silnie i głęboko, że takiej rocznicy nie wolno pominąć milczeniem, nie wolno Polakom nie uczcić.

Od samego rana w dniu rocznicy Warszawa przybrała oblicze niezwykle i nieprzeniknione. Ruch był mniejszy niż zazwyczaj, mimo że to była Niedziela, liczniejsze za to pojawiały się na ulicach grupy młodzieży studjującej i rzemieślniczej.

Wiadomo już było wszystkim, że po nabożeństwie uroczystem w Katedrze, odbędzie się poważna manifestacja. Powietrze było naładowane elektrycznością. Po mszy u Świętego Jana, tłumy publiczności poprzedzane przez młodzież uniwersytecką podążyły Krakowskiem Przedmieściem, Nowym Światem i Alejami Ujazdowskiemi do Botanicznego ogrodu, tak jednak spokojnie, uroczyście i poważnie, że policja krążąca licznie po mieście nie mogła się do niczego przyczepić.

Zdenerwowany oberpolicmajster oczekiwał ze swoim sztabem w ogrodzie, w pobliżu ruin kaplicy, którą rozpoczęto przed laty budować, chcąc uczcić pamięć wielkiego czynu majowego.

Spodziewano się awantur i wybryków, godność jednak i powaga tłumu nie dawała powodu do zaczepek. Mężczyźni zdejmowali kapelusze, ten i ów z pośród publiczności położył kwiat na ruinie, nie były to jednak postępki, za które można było karać, tem więcej, że ukaranych musiałyby być równocześnie setki, a biorąc pod uwagę, że procesja ciągnęła się do wieczora, nawet tysiące.

W mieście panowała cisza i spokój niezwykły. w Alejach zwarty tłum ludzi posuwał się zwolna, wpływał z powagą do ogrodu, przechodził w uroczystem milczeniu z obnażonemi głowami przed kaplicą, i cicho, spokojnie wracał z powrotem do miasta.

Trwało to jednak, jak na cierpliwość pana oberpolicmajstra, za długo, przykro też było stracić okazję wyróżnienia się, uśmierzenia rozruchów, zasłużenia na łaskę cara, na order. Kiedy o zmierzchu procesja do ruin kaplicy nie ustawała, pojawiły się na ulicach oddziały kozaków. Rozpędzano zbierające się grupy młodzieży, tu i ówdzie rozpoczęły się aresztowania. Nie udało się jednak wywołać prowokacją rozruchów. Po krótkiem śledztwie oresztowanych wypuszczono.

Warszawa uczciła dzień rocznicy ze smutkiem, ale z dostojeństwem.

SWIĘTY STANISŁAW SZCZEPANOWSKI
BISKUP KRAKOWSKI

Legendarna postać Ś-go Stanisława od lat dziecinnych znana każdemu tak dobrze, iż zdawałoby się, że nic więcej nie ma o niej do powiedzenia, jest co roku przedmiotem czci całej Polski. Jednak najuroczyściej rozbrzmiewa kult Świętego Biskupa w Krakowie, który był niegdyś świadkiem groźnego konfliktu między królem Bolesławem Śmiałym, a surowym stróżem świeżo zaszczepionych narodowi zasad chrześcijańskiwa, jego sprawiedliwości i moralności.

Na terenie tegoż grodu rozegrał się ostatni akt tragedji, morderstwo biskupa krakowskiego dokonane ręką samegoż wyklętego króla, który zapamiętały w gniewie do jakiego chyba te żywiołowe nieokiełznane a wielkie w swem utajonem barbarzyństwie natury były zdolne.

Przebiegł pędem z Wawelskiego zamczyska na Skałkę, i tam u stóp ołtarza zadał swemu biskupowi pierwszy, śmiertelny cios. Reszty, wywlókłszy ciało biskupa, dokonało rycerstwo oddane królowi, i ciało męczennika porąbane na części rozrzucono na pożarcie psom i drapieżnemu ptactwu.

Niesłychany ten czyn zaćmił sławę dzielnego króla, uczynił zeń wyrzutka i banitę.

Na wieść o dokonanej zbrodni papież Grzegorz VII ogłosił na Polskę interdykt, klątwę.

Król Bolesław rok jeszcze usiłował walczyć z klęską jaką na siebie i swój kraj sprowadził przez gorszące życie, niesprawiedliwe wyroki i wreszcie zabójstwo świątobliwego męża.

Wreszcie potajemnie udał się na Węgry i jak niesie podanie pokutniczego żywota dokonał w Ossyaku.

A tymczasem kult świętego Stanisława rósł w Polsce Piastowskiej, trwał przez wieki chwały, rozbicia i niewoli jako niezbity dowód wielkiego zwycięstwa szlachetnej idei nad brutalnością i grzechem.

W r. 1253 papież Inocenty IV przybył do Asyżu i tam odbył się akt kanonizacji naszego Biskupa, poczem uroczyste Te Deum i msza św. przez samego papieża odprawione na cześć świętego Stanisława dopełniły uroczystości.

Kanonizację poprzedziły całe miesiące skrupulatnych badań tyczące relacji cudów jakie za sprawą umęczonego biskupa dziać się miały.

Odtąd co roku od 8 maja począwszy obchodzimy w Krakowie z pobożną czcią tydzień cały, modłów i szczególnego nabożeństwa do patrona tej Małopolskiej dzielnicy; w procesji niosą kapłani głowę św. Stanisława z Wawelu na Skałkę, do kościoła OO. Paulinów, stojącego na miejscu kościołka gdzie padł biskup zamordowany; tam przez dni ośm głowa Świętego spoczywa w swej srebrnej urnie na ołtarzu a lud gromadzi się licznie na odpustowe nabożeństwa, odwiedzając kościół i czerpiąc wodę z sadzawki, która się znajduje, wraz z figurą świętego pośrodku, w obejściu klasztornem.

Tragiczna karta naszej zamierzchłej epoki piastowskiej, która historyków mrocznością swą o bezsenność przyprawiała, natchnęła wielkiego poetę Wyspiańskiego do skreślenia mocnych strof dramatu p. t. „Bolesław Śmiały". Postać św. Stanisława wyczuwana choć niewidziana, jest w tym dramacie głównym, potężnym i zwycięzkim czynnikiem o nieubłaganej, nadludzkiej grozie.

ŻYCIE NIE ZACZYNA SIĘ JUTRO

Życie nie zaczyna się jutro. Jest powiązane nieustępliwemi ogniwami skutków, przerastających niejednokrotnie przyczyny, a skutki te to logiczna spłata zobowiązań zaciąganych: bezmyślnie, lekkomyślnie, z beztroską niewiedzą, lub poprostu z przymkniętemi na jutro oczami.

Niczyja ręka nie podkreśla terminów płatności barwnym ołówkiem, ani nie notuje ich w notatniku. Zostają one zawsze wielką niewiadomą i wyrastają najniespodziewaniej kiedy się już zapomniało, że na stronie, opatrzonej znamiennym nagłówkiem „winien", pozostały pozycje do wyrównania.

Fałszywy krok postawiony w młodości. Chwila zapomnienia. Przejście obok tego co trzeba, lub nie trzeba, tego co wolno, czy nie wolno. Takie niewielkie napozór uchybienie, takie nic w odmęcie życiowym, które zatajono, zatarto, darowano, a nawet czasem odkupiono latami przeżytemi bez zarzutu.

Wydaje się, że tego nigdy nie było, że ślad zaginął, że to nie my, dzisiaj wykuci z jednej bryły, zahartowani zrozumieniem kiedyś dawno popełnionych błędów; nie my, przed któremi wije się prosta droga, wiodąca do czystego celu.

A tymczasem, jak grom z jasnego nieba uderza w dorobek długich lat niespłacony dług przeszłości. Wyrasta jak kamień na równej drodze, upomina się nietylko o sumę zobowiązania, ale i o gromadzone z roku na rok odsetki.

Jeżeli życie poprowadziło nas tak daleko po drodze psychicznego rozwoju, że jesteśmy w stanie ocenić własną winę, nie zrzucać jej na barki niesprawiedliwości ludzkiej, czy okrucieństwa losu, tak często obwinianych w obliczu niepowodzeń życiowych, nic jeszcze niema straconego. Bo umieć rozpoznać i ocenić przyczynę pozornej krzywdy wyrządzonej nam, jakoby bez powodu, umieć ustosunkować się do niej racjonalnie, wziąć jej brzemię na własne barki i spojrzeć jej jasno w oczy, to uratować się przed następstwami, które mogą zetrzeć na proch człowieka słabego.

W uznaniu winy, w poczuciu obowiązku odkupienia jej, w braku umiejętności zasłaniania się przed samym sobą niesprawiedliwością ludzką, leży poczucie własnej godności, siła zdolna zatrzymać człowieka na niebezpiecznej pochyłości, zwrócić mu zachwiany chwilowo szacunek ludzki i własny, własne i cudze zaufanie.

Ileż to razy bywamy świadkami ruiny czyjegoś życia, spowodowanej tem, że szuka winy za wszystko co go spotyka, nie w sobie samym, a w otoczeniu. Nie rzuci okiem wstecz, nie przyjrzy się krytycznie swojemu własnemu postępowaniu ze śmiałą bezstronnością, nie stara się odpokutować z godnością, znieść ból którego się nabawił z własnej winy.

Gorycz, zawiść, poczucie doznanej krzywdy, pozbawiają sprawiedliwości sądu, zakłócają wewnętrzną równowagę, każą unikać ludzi, kryć się przed niemi, niedowierzać, a z czasem i nienawidzieć. Bezkrytyczne rozgoryczenie to zły doradca. Człowiek, który mu podlega staje się wkrótce samotnym wśród bliskich i dalszych, odciętym od możliwości odbudowania własnej egzystencji, nieufnym i bardzo nieszczęśliwym.

We wszystkich tych przejawach żalu, jakie zatapiają jego myśli i uczucia, omija tylko żal do samego siebie za to, że nie chciał zrozumieć i uznać wielkiej prawdy: życie nie zaczyna się jutro, nie daruje nigdy tego, jak spędziliśmy dzień wczorajszy.

Prawo odwetu za dobre i złe jest prawem opartem na równowadze, a poszanowanie tego prawa trzeba wpajać w dzieci od chwili kiedy można już znaleźć drogę do ich młodocianych umysłów, pamiętając o tem, że odpowiedzialność za własne czyny i konsekwencje jakie z tego wynikają, obciążają niestety nietylko jednostkę, ale i tych, którzy dzielą z nią życie.

Ileż to razy dawne winy mężów, czy żon, ojców, lub matek krzyżują drogi istot im najbliższych i najdroższych, a lekkomyślność młodości staje się siłą destrukcyjną wieku dojrzałego, powrotną falą co zatapia cichy, bezpieczny port, znosi tamę wzniesioną pomiędzy tem co było, a tem co jest i co będzie.

Młodość nie wie, bo nie zawsze ją tego nauczono, bo lubi negować doświadczenie starszych, bo nie wierzy w prawo odwetu. Zdaje jej się zawsze, że dosyć zacząć na nowo, aby wszystko wyrównać i wznieść budowę od fundamentów. Młodość nie docenia wielkiej prawdy, która uczy, że każdy człowiek jest kowalem własnego losu. To też obowiązkiem tych, którzy kierują dzieckiem jest dać mu odczuć na każdym kroku konsekwencje dobrego i złego postępowania, odpowiedzialność za własne czyny.

Poglądowa nauka, poparta dotkliwemi nieraz przykładami będzie niejednokrotnie przyczyną łez, chwilowego cierpienia i rozżalenia. Jednak łzy dziecka prędko obeschną, zabolą dotkliwiej matkę, niż dziecko a doświadczenie zdobyte, za tę stosunkowo niską cenę, opłaci się w późniejszem życiu tysiąckrotnie i zmniejszy zastęp wykolejeńców którzy są przekleństwem własnej i cudzej doli.

Życie nie zaczyna się jutro — to wielka prawda, którą trzeba wpajać młodym a której wagę starsi doceniać powinni.

Wanda Dobrzańska.

KONSTYTUCJA 3-go MAJA

W dniu 3 maja r. b. upływa właśnie **144** lat od chwili, gdy zgromadzeni przedstawiciele narodu, po raz ostatni w dziejach Polski Przedrozbiorowej, probowali uratować Ojczyznę od zguby. Sytuacja Polski w tym momencie była bowiem już groźna, ale jeszcze nie beznadziejna. Naprężenie stosunków dyplomatycznych pomiędzy dwoma wrogimi Polsce mocarstwami, Prusami i Rosją, zawikłanie tej ostatniej w wojnę z Turcją, można było znakomicie wykorzystać przez wzmocnienie naszej sytuacji wewnętrznej, drogą uchwalenia nowej konstytucji, wprowadzającej nowy, silny ustrój wzamian walącego się gmachu dawnej Rzeczypospolitej. Podniesienie jednoczesne kontyngentu wojska oraz uregulowanie finansów państwa niewątpliwie również podniosłoby powagę państwa zagranicą.

Jedyny ten moment nadarzający się w ciągu całego XVIII wieku, podchwycili najświatlejsi mężowie stanu i zorganizowali spisek mający na celu uchwalenie oraz wprowadzenie w życie tych reform. Trzeba było się bowiem uciekać do drogi spisku dlatego, że pozbawiona instynktu politycznego większość szlachty, podzielona pomiędzy skłóconych a zazdrosnych o wpływy i urzędy magnatów, kurczowo trzymająca się przywilejów złotej wolności „liberum veto" i konfederacji, nie zdolna była zrozumieć wielkiego dzieła naprawy Rzplitej. Do porozumienia wciągnięto i króla Stanisława Augusta Poniatowskiego.

„Dla dobra powszechnego, dla ugruntowania wolności, dla ocalenia ojczyzny i jej granic" Konstytucja została w dniu 3 maja 1791 roku uchwalona i uznana za „świętą". Oparta — na współcześnie głoszonych — zasadach prawa państwowego: stwierdzających konieczność przeprowadzenia koncepcji podziału władz w celu ich wzajemnego zrównoważenia, te też ideje za wzorem Monteskiusza przeprowadza.

W pierwszym rzędzie podkreśla Konstytucja znaczenie religji rzymsko-katolickiej jako panującej, zapewniając przytem innym wyznaniom tolerancję oraz opiekę prawa.

Władzę rządową dzieli Konstytucja na władzę ustawodawczą, wykonawczą i sądową, ściśle je przytem od siebie odgraniczając oraz zaznaczając, że władza zwierzchnia bierze swój początek z woli narodu.

Władza ustawodawcza spoczywa w rękach sejmu dzielącego się na Izbę Poselską oraz Izbę Senatorską. Wszystkie projekty ustaw uprzednio podlegają rozpatrzeniu przez Izbę Poselską a następnie dopiero przechodzą pod rozważenie Senatu. Niektóre prawa przyjmują obie izby oddzielnie, w niektórych zaś decydują łącznie. W tych ostatnich przypadkach Izba Poselska miała przewagę, ponieważ przy głosowaniu głosy senatorów doliczane były do głosów poselskich, co przy większej liczbie tych ostatnich powodowało majoryzację Izby Senatorskiej.

W skład Senatu wchodzili: biskupi, wojewodowie, kasztelanowie i ministrowie pod przewodnictwem króla. Senat miał prawo veta zawieszającego w stosunku do uchwał sejmu, a to maximum na dwa lata. Potwierdzenie zawieszonego projektu ustawy przez nowy sejm unieważniało veto senatu.

Posłowie wybierani byli na sejmikach przez szlachtę osiadłą t. j. posiadającą nieruchomości ziemskie. Konstytucja zniosła szkodliwe prawo „liberum veto" zezwalające na zrywanie obrad sejmowych i unieważnianie wszystkich jego poprzednich uchwał przez jednego z posłów, wprowadzając wzamian zasadę głosowania większością. Wreszcie wzbroniła zawiązywania konfederacji, jako „duchowi niniejszej konstytucji sprzecznych, rząd obalających a społeczności niszczących".

Stwierdzając, że żaden ustrój bez „dzielnej władzy wykonawczej stać nie może" Konstytucja 3 maja powierzyła władzę wykonawczą królowi, ministrom oraz Straży Praw. Doceniając wady elekcyjności tronu, niepewność sytuacji wyborczej, przekupstwo głosujących i elektorów, Konstytucja wprowadza dziedziczność tronu polskiego w linji króla Saskiego Fryderyka Augusta. Nie bacząc na to, że król Saski nie miał męskiego potomka, twórcy Konstytucji nie wahali się uznać córki jego Marji Augusty za następczynię tronu polskiego, wprowadzając na przyszłość całkowitą zasadę równouprawnienia kobiet przy dziedziczeniu berła.

Królowi polskiemu przysługiwać miały następujące prawa: ułaskawiania na śmierć skazanych (za wyjątkiem zbrodniarzy stanu), najwyższego dowództwa sił zbrojnych na wypadek wojny, mianowania oficerów, urzędników, biskupów oraz ministrów, przewodniczenia na posiedzeniach Straży Praw, podpisywania oraz wydawania ustaw. Osoba jego była świętą i nietykalną, nie miał on być „samowładcą, lecz ojcem narodu". Wszystkie wyroki sądowe, akty publiczne, monety i stemple w imieniu króla miały być wydawane.

Konstytucja wprowadziła nieznaną dotychczas w Polsce instytucję pod nazwą „Straż Praw". W skład jej mieli wchodzić: prymas, jako głowa duchowieństwa polskiego, pięciu ministrów, oraz dwóch sekretarzy, następca tronu (po uzyskaniu pełnoletności) oraz marszałek sejmu. Straż Praw miała być czynnikiem wykonawczym służącym królowi radą w sprawowaniu rządów. W razie małoletności króla, choroby jego lub wzięcia do niewoli Straż Praw pod przewodnictwem królowej miała sprawować regencję.

Władza sądownicza została wyodrębniona od pozostałych władz i oddana sądom podzielonym na szlacheckie, mieszczańskie i włościańskie. Podział ten wskazuje nam wyraźnie, że aczkolwiek Konstytucja stanowiła ważny krok w kierunku polepszenia stanowiska prawnego mieszczan i chłopów, jednakże daleką była od ich zrównania ze stanem szlacheckim, który stanowił warstwę uprzywilejowaną.

Prawo o miastach „naszych królewskich" z 18 kwietnia 1791 r., które stanowić miało integralną część Konstytucji nadawało obywatelom miast królewskich wolność osobistą, zaś nieruchomości i ziemie przez nich zajmowane uznawało za ich własność dziedziczną. Przyjęcie obywatelstwa miejskiego, sprawowanie urzędów miejskich, zajmowanie się handlem lub rzemiosłem, nie tylko nie miało sprowadzić hańby na szlachcica, a co zatem idzie i utraty szlachectwa oraz czci, ale przeciwnie pełnienie urzędów miejskich stanowiło podstawę do otrzymania dyplomu i nobilitacji. Przywilej wolności osobistej, streszczający się w słowach „neminem captivabimus nise jure victum — nikogo nie będziemy więzili, prócz pokonanego prawem", nadany został i mieszczanom za wyjątkiem bankrutów oraz schwytanych na gorącym uczynku. Zezwolono mieszczanom na nabywanie dóbr ziemskich, udostępniono im służbę wojskową, urzędy publiczne oraz duchowne. Mieszczanin, któryby w wojsku dosłużył się stopnia sztabs-kapitana, w służbie cywilnej osiągnął rangę regenta kancelarji lub też sprawował przez dwa lata urząd komisarza miejskiego — miał być nobilitowany na najbliższym sejmie a to bez obowiązku ponoszenia żadnych opłat związanych z uzyskaniem szlachectwa.

Wreszcie podkreśliła Konstytucja, że lud rolniczy stanowi „najdzielniejszą kraju siłę" przyjmując stan włościański pod opiekę prawa oraz rządu i uznając, że umowy zawarte między panami a chłopami obowiązują wieczyście obie strony. Nie obdarzyła jednak Konstytucja włościan wolnością osobistą, gdyż wywołałoby to zbyt silną reakcję u konserwatywnej większości szlachty.

Pomimo dążenia do kompromisowości stanowi Konstytucja 3 maja jeden z najdonioślejszych aktów publicznych w historji dawnej Polski. Wraz z prawem o mieszczanach, ustawą o powiększeniu wojska do 100.000 ludzi, prawem o specjalnym podatku mającym na celu zregulowanie finasów państwa oraz usunięciem od udziału w sejmikach t. zw. niepossesjonatów, t. j. szlachty nie posiadającej własnej ziemi, stanowi kompleks przepisów, opracowanych przez najwybitniejsze umysły epoki, zdające sobie sprawę z tego, że Ojczyzna stoi na skraju przepaści, a pragnące ją od tej zguby uchronić. Splot okoliczności nie pozwolił twórcom Konstytucji wprowadzić ją całkowicie w życie, nie ich też winą było niedoprowadzenie dzieła naprawy Rzplitej do końca. Zawsze jednak chwałą ich imienia będzie pamiętny dzień 3 maja 1791 roku.

Jerzy Poznański.

MAJ.

Czekała ziemia długo, długo,
Aż przyszedł maj.
Zakwitły bazie ponad strugą,
Kaczeńce błyszczą jasną smugą
Po lasu skraj.
A górą leci jakieś granie
od łąk, do pól,
Niby na wiosny powitanie.
— — — — — — — — — — — —
Czekało serce na kochanie.
A przyszedł ból...

Boguwola.

Wielkie dni Lourdes

Na trzydniowe uroczystości religijne, związane z zakończeniem Roku Jubileuszowego przybyły do Lourdes nieprzebrane tłumy pątników wszelkich sfer i narodowości. Oczy wszystkich wiernych obrócone były przedewszystkiem na wysłannika Stolicy Apostolskiej Kardynała Pucellego. Przybyła między innymi eks-cesarzowa austrjacka Zyta z dziećmi, członkowie domu orleańskiego, deputowani, ministrowie, wielka ilość dostojników kościelnych, wśród których jako reprezentanci Polski występują: I.I. E.E. ks. arcybiskup Jałbrzykowski oraz ks. biskup Michalkiewicz i Przeździecki.

Widok Lourdes był wspaniały i przejmujący do głębi. Około 50,000 osób przystępowało dziennie do komunji św.

W myśl intencji Ojca św. tłumy pielgrzymów zanosiły gorące modły o pokój i o pomyślność wszystkich ludów.

We czwartek, w pierwszym dniu uroczystości, Mszę św. dla pielgrzymów polskich odprawił wieczorem w Grocie ks. arcybiskup Jałbrzykowski. Podczas nabożeństwa pątnicy śpiewali pieśni nabożne po polsku.

27 kwietnia zapowiedziana była wielka procesja na zakończenie Roku Jubileuszowego.

W Polsce rozpoczęły się również wieczorem nabożeństwa, które w niektórych kościołach trwały przez noc całą.

W Warszawie w niedzielę o godz. 4 i pół po pol. przybyły procesje na rynek Starego Miasta, gdzie J. Em. ks. kardynał Kakowski, odprawił modły na zakończenie Jubileuszu Odkupienia.

Polskie lekarki do Chin

Wielką propagandą w nawracaniu pogan była zawsze pomoc niesiona przez misjonarzy ludziom w razie głodu lub choroby. Gorliwość jednak kapłańska napotykała wielkie trudności z powodu niedostatecznego przygotowania misjonarzy. Okazała się potrzeba fachowej pomocy lekarskiej i pielęgniarskiej, zwłaszcza kobiecej. Misjonarze protestanccy, którym religja pozwala się żenić, znaleźli ogromną pomoc w towarzyszących im małżonkach, które pracę samarytańską podjęły z całem poświęceniem. Obecnie biskupi misyjni katoliccy w Chinach w chęci rozwinięcia szpitalnictwa, które stanowi teren ułatwiający zbliżenie z ludem i dzieło nawracania, postanowili szukać pomocy zawodowych lekarek.

Jednej z lekarek - polek, pani dr. Stermeckiej, która pracowała w Chinach 6 lat, powierzono pracę nad zorganizowaniem pomocy lekarskiej dla misji chińskich, a jako Polkę upoważniono ją do korzystania w pierwszym rzędzie z pomocy swoich rodaczek. Jest nadzieja, że katoliczki okażą się równie gorliwe jak protestantki, które okazały się mało wymagające i bardzo ofiarne.

Należy sobie zdać sprawę, że nie wystarczy tu ani słomiany ogień, ani literacki entuzjazm, ani artystyczna fantazja. Lekarka Polka nie miałaby przed sobą wyjazdu w piękne egzotyczne okolice, nie piłaby z chciwością z zaczarowanego puharu nadzwyczajności. Czekałaby ją nie piękna powieść ale twarda, znojna praca wśród nędzy, zarazy, niedowierzania, czasem może wrogości, czasem gorzkiego niedostatku.

Nie piszemy tego w celu zniechęcenia, owszem z radością powitamy ofiarność kobiety - lekarki, która się tego zadania podejmie, ale przystępować do niego należy z wielką rozwagą, z wielką ostrożnością, bo to nie będzie jedynie pełnienie swego zawodowego fachu, ale zarazem ofiara ze swego życia dla wielkich celów misyjnych.

Lekarki dyplomowane z prawem praktyki w Polsce otrzymują opłaconą podróż, mieszkanie i całkowite utrzymanie, oraz zabezpieczenie wrazie choroby i ewentualnie starości. Wynagrodzenia w formie pensji nie otrzymują żadnego. Kontrakt trzeba podpisać conajmniej na lat 6.

Wszelkich informacji udziela lekarka misji chińskiej, dr. Jadwiga Stermecka we Lwowie, Sącré Coeur, Plac Jura 1.

XII Międzynarodowy Kongres Kobiet w Stambule

25-go kwietnia zakończył obrady XII Kongres międzynarodowy kobiet w Stambule. Jako delegatki z Polski występowały panie: Jaworska, Hermanowa, Szelągowska, Wolska i Żerańska.

W szeregu rezolucyj uchwalono w pierwszym rzędzie dążenie do ściślejszego współdziałania kobiet Wschodu i Zachodu, działanie to zwracając przedewszystkiem w kierunku pacyfistycznym, wychodząc z założenia, że właśnie kobiety winny bronić wszelkiemi siłami świat od powtórzenia się raz jeszcze okropności wojny.

Delegatki polskie zapoznały się przy okazji z życiem kolonji polskiej w Stambule. Kolonja ta nie jest liczna, w całej bowiem Turcji zamieszkuje Polaków niewiele ponad pół tysiąca, a ilość ta zapewne jeszcze się zmniejszy po ogłoszeniu dekretu zabraniającego obcokrajowcom wykonywania zarobkowej pracy w Turcji.

W samym Stambule nieliczna kolonja polska gromadzi się w „Domu polskim" na odczytach i koncertach, uroczystościach narodowych i zabawach. Utworzono również drogą skromnych składek fundusz przeznaczony na ochronę zabytków polskich, szczególniej zaś pamiątek po Adamie Mickiewiczu, który zmarł w Stambule.

We wsi polskiej Adampolu pod Stambułem odsłonięto nawet przed rokiem tablicę pamiątkową ku czci Wieszcza.

Delegatki polskie na Kongres międzynarodowy kobiet w Stambule, odwiedziły „Dom Polski", gdzie posłanka Jaworska przemawiała wobec zebranych licznie. jak na tamtejsze stosunki, Polaków, zwiedziły również wieś polską Adampol, której ludność stanowią wnuki i prawnuki polskich powstańców - emigrantów, którzy tu przed laty osiedli.

DNA — SKAZA MOCZANOWA
(artretyzm)

Jest to zaburzenie przemiany materji, często spotykane pod nazwą artretyzmu, a polegająca na gromadzeniu się nadmiernem kwasu moczowego we krwi i tkankach. Mamy tu do czynienia z nieprawidłowem wydzielaniem kwasu moczowego wytwarzającego się w tkankach (przemiana nukleinowa ustroju) i pochodzącego ze spożytych ciał purynowych znajdujących się np. w mięsie, niektórych jarzynach i t. p.

W moczu chorych na dnę znajduje się stosunkowo mało kwasu moczowego, (zamiast 50% pobranych ciał purynowych — 25%), a we krwi procent tego kwasu jest zwiększony. Dużą rolę w występowaniu dny ma dziedziczność (skłonność do zaburzeń przemiany materji w tym kierunku). Choroba ta może występować w paru pokoleniach. Wielkie znaczenie posiada też djeta; spożywanie dużych ilości mięsa, nadużywanie alkoholu (piwa, wina, szampana), zatrucie ołowiem (robotnicy pracujący w fabrykach wyrobów ołowianych). W Anglji gdzie jadają dużo mięsa i piją sporo alkoholu dna jest bardzo rozpowszechniona.

Objawy dny spotykamy zwykle u ludzi starszych, około 40 roku życia, przy dnie dziedzicznej jednak, może się ona ujawnić bardzo wcześnie, nawet u dzieci. Na ogół dna atakuje częściej mężczyzn, niż kobiety.

Często będziemy mieli do czynienia z napadami dny, może jednak napadów nie bywać, zawsze natomiast będzie odkładanie soli w tkankach.

Typowy, ostry napad występuje przeważnie u ludzi starszych (około 40 lat) zupełnie nagle, wśród pełnego zdrowia, lub poprzedzany będzie na kilka dni przedtem ogólnem złem samopoczuciem, niesmakiem w ustach, zaburzeniami w trawieniu.

Zwykle wśród nocy zjawia się silny ból najczęściej lewego palucha (podagra). Ból może być bardzo silny, często nasila się z godziny na godzinę, słabnąc dopiero nad ranem. Może to powtarzać się parę nocy z rzędu. Okolice stawu śródstopnopalcowego obrzmiewa, skóra ulega silnemu zaczerwienieniu i staje się bardzo bolesna, wrażliwa na najlżejsze dotknięcie. Ruchy w stawie są mocno utrudnione, czasami słychać przy poruszaniu trzeszczenie. Nieraz dołącza się zapalenie najbliższych naczyń chłonnych na grzbiecie stopy, komplikując sprawę. Zwykle po paru dniach objawy słabną, skóra nad stawem złuszcza się, staw przez dłuższy czas zachowuje tkliwość. Napad może przejść w 24 godziny, zdarza się jednak, że nasilając się w nocy i słabnąc w dzień ciągnie się przez parę dni, tydzień, czasem do 2-ch tygodni. Niezawsze też sprawa poprzestaje na jednym stawie, w ten sam sposób mogą być zajęte inne małe stawy (palców rąk, czy nóg lub duże (kolano, łokieć, stawy obojczykowe, łopatkowe, kręgosłupa), stawy kończyn dolnych częściej są zajęte niż górnych.

W czasie napadów poza silnemi bólami chorym jeszcze dokucza ogólne złe samopoczucie, brak apetytu, znużenie, przygnębienie, temperatura podnosi się (niezbyt wysoko). Dnawe napady bólów mogą lokować się także w mięśniach i ściegnach (bóle mięśniowe, kurcze łydek).

W początkowych okresach zaburzeń materji purynowej napady zwykle bywają niezbyt częste; po pierwszym ataku następny zjawia się po roku lub po paru latach, z biegiem czasu i rozwojem choroby, mogą być częstsze, ale nieraz mniej gwałtowne niż pierwsze. W pomyślnym przypadku sprawa może się skończyć na jednym napadzie. W wypadkach choroby trwającej i dającej się we znaki parę lat, mogą później ataki ustać i niepowtarzać się szereg lat lub wcale.

Przy istniejących już zaburzeniach w przemianie materji napad, może być wywołany jakiemś błędem w djecie (spożycie większej ilości na raz pokarmów nukleinowych, większa ilość alkoholu), urazem stawu, znacznym wysiłkiem cielesnym, niefortunną zmianą temperatury, na którą ludzie chorzy na dnę są specjalnie wrażliwi.

W tkankach odkładają się sole kwasu moczowego dając typowe tak zwane złogi. Złogi takie usadawiają się chętnie na obrębku małżowiny usznej w postaci guzków wielkości łebka od szpilki do wielkości jagody, przeświecających białawo przez skórę (zawartość guzków przypomina kredę.). Guzy takie mogą powstawać na ściegnach, okostnej, wiązadłach, mają skłonność do lokowania się w okolicy stawów. Czasami wywołują obrzmienie, zaczerwienienie, bolesność skóry na swojej powierzchni, mogą zropieć. Badając rentgenologicznie możemy znaleźć złogi w mięśniach i kościach przy nasadach.

Dna może przebiegać w postaci napadów o typowem umiejscowieniu (paluch), może zajmować parę stawów, może dawać powikłania ze strony nerek z następowem nadciśnieniem i przerostem serca, może dołączyć się rwa kulszowa (ischias), możemy mieć wreszcie do czynienia z postacią przewlekłą, zniekształcającą. W tej ostaniej postaci nie bywa zwykle typowych napadów, natomiast występują trwałe zmiany w stawach polegające na zmianach w kościach, zgrubieniu torebek stawowych i t. p. co zniekształca staw od zewnątrz. W otoczeniu takiego stawu tworzą się guzy dnowe. Na powierzchniach chrząstek stawowych (od wnętrza stawu) odkładają się sole kwasu moczowego, co przy ubytku warstw chrząstki, przy ruchach daje charakterystyczne trzeszczenie, znane nawet laikowi jako „trzeszczenie w stawach" przy dnie.

Jednorazowy napad dny zwykle daje się pod wpływem leczenia zwalczyć, gorzej jest w przewlekłych zaburzeniach przemiany materji, w dnie powikłanej schorzeniem serca, nerek, w zniekształceniach stawów.

Oczywiście ogromnie ważną jest tu sprawa djety. Pamiętać należy, że pokarm bez białkowy to wcale nie to samo co djeta bezpurynowa. Podczas napadu dajemy niezbyt wiele pokarmów, lekko strawnych, herbatę, mleko, przetarte kartofle, kompoty, kleiki. Na uspokojenie bólów środki uspakajające, aż do morfiny.

Po ataku przez czas dłuższy — miesiące, a nawet lata, stosujemy djetę bezpurynową. Unikamy więc mięsa, ryb z których np. sardynki, szproty, zawierają dużo puryny, jarzyn takich jak szpinak, groch, soczewica, grzyby. Aby się zorjentować w zawartości puryny w różnych pokarmach podam kilka cyfr. W 100 gramach mięsa wołowego —0,111 gr., cielęcego — 0,114 gr., szynki gotowanej— 0,075 gr., kiełbasy brunszwickiej — 0,030 gr., mózgu (wieprzowego) — 0,084 gr., wątroby (wołowej) — 0,279 gr., nerki — 0,240 gr., grasica (cielęca) — 0,990 gr., buljonu (z 100 gr. wołowiny gotowanej przez 2 godz. — 0,045 gr. Z ryb w 100 gr.: karpie — 0,169 gr., sandacza — 0,135 gr., śledzia — 0,207 gr., szprotów — 0,246 gr., sardynek w oliwie — 0,354 gr., raków — 0,060 gr. Z jarzyn w 100 gr. sałaty — 0,009gr., rzodkwi — 0,015 gr., kalafjora — 0,024 gr., ogórków — 0 gr., marchwi — 0 gr., kalarepy — 0,033 gr., szparagów— 0,024 gr., ziemniaków — 0,006 gr., zielonej fasoli strączkowej — 0,006 gr. Grzyby zawierają na ogół dużo puryny, w 100 gr. maślaków — 0,54 gr., lisie — 0,054 gr., pieczarek — 0,015 gr., smardzów — 0,033 gr. Produkty takie jak jaja kurze, mleko, sery szwajcarski, tylżycki w 100 gr. nie zawierają uchwytnych śladów puryny. Ser śmietankowy, w 100 gr. — 0,015 gr., twaróg — 0,066 gr. Owoce jak banany, ananasy, brzoskwinie, pomidory, gruszki, śliwki, poziomki, pomarańcze, morele, czarne jagody, jabłka, gruszki w 100 gr. — nie zawierają puryny. To samo można powiedzieć o roślinach zbożowych jak grysik, krupa, ryż, tapjoka, sago, mąka owsiana, jagły, oraz o pieczywie jak bułka, biały chleb, chleb razowy (ślady). Zawartość puryny w pokarmach podałam podług tablicy J. Schmidta i G. Bessan'a.

Widzimy więc, że mięso stosunkowo dużo zawiera puryny, a szczególnie mózg, wątroba, nerka, grasica; również bogate w purynę są grzyby, a z jarzyn zwłaszcza szpinak (w 100 gr. — 0,072 gr.), groch, soczewica, tego więc przedewszystkiem możemy unikać w djecie chorych na dnę.

Ponieważ zmuszeni jesteśmy ograniczyć podawanie całego szeregu pokarmów, trzeba tak ułożyć jadłospis chorego, żeby jednak otrzymał potrzebną ilość pożywienia na dobę. A więc tłuszcze możemy dawać w każdej postaci (masło, śmietanka), węglowodany — pokarmy mączne jarzyny owoce, poza tem mleko, ser, jajka. Alkohol najlepiej zupełnie wykluczyć.

Jako przykład całodziennej djety bezpurynowej podam djetę zalecaną przez Doc. U. W. dr. Stanisława Kleina. I-sze śniadanie — kawa z 50 gr. śmietanki, lub 100 gr. mleka, 150 gr. chleba, 25—50 gr. masła, 25 — 50 gr. miodu, galaretka owocowa, marmolada. II-gie śniadanie— 2 jajka, lub 50 — 100 gr. sera ementalskiego, tylżyckiego i t. d., chleba lub bułki 50 — 70 gr., masła — 25 gr. Obiad: 300 gr. zupy grysikowej, ryżowej, owsianej, owocowej (nigdy buljon!), 150 gr. ziemniaków, 150 gr. zielonych jarzyn przetartych przez sito lub sałata, 200 gr. leguminy z grysikiem, mondaminą lub ryżem z sokiem owocowym lub kompotem (łącznie z 50 — 100 gr. masła). Podwieczorek — kawa z mlekiem lub śmietanką, 50 — 100 gr. sucharków z masłem (25 — 50 gr.) i marmoladą. Kolacja: omlet z marmoladą, lub budyń z mąki, grysiku lub ryżu z sokiem owocowym.

100 gr. chleba i 25 gr. masła, 50 gr. sera i 100 gr. owoców.

Po ustaniu napadów dajemy 2 razy na tydzień mięso, lub rybę (z tych zawierających mniej puryny).

Ponieważ pokarmy roślinne, których się tu dużo daje zawierają spory procent alkaljów (mogą wpływać na tworznie się moczanów alkalicznych) podczas obiadu i kolacji podajemy choremu 10—20 kropel kwasu solnego rozcieńczonego z wodą (trzeba się zwrócić do lekarza z prośbą o przepisanie kwasu solnego) z kwaśnych wód stołowych można zalecić Wildungen, Krościenko, Krynica (Zuber) do 1 litra dziennie.

Zmiany stawowe można leczyć kąpielami mułowemi- borowinowemi (Fransensbad, Piszczany), protinoterapją, zastrzykiwaniami siarki.

Oczywiście kuracja prowadzona powinna być pod kierunkiem lekarza, bardzo systematycznie, gdyż wszelkie błędy w djecie i postępowaniu mogą spowodować pogorszenie i cofnięcie otrzymanych już rezultatów. Nieraz należy zdobyć się na cierpliwość gdyż leczenie trwa lata.

dr. J. Sztolcmanówna.

KATASTROFA

Pani Leokadja Szufladzińska, akuszerka Kasy Chorych, — długo i starannie wycierała ręce, każdy pulchny paluszek zosobna. Umyślnie nie śpieszyła się. Chciała zyskać na czasie, zebrać myśli, zastanowić się: co i jak powiedzieć temu młodemu, blademu mężczyźnie, — oczekującemu na nią od tylu godzin w przyległym pokoju.

Pani Szufladzińska choć usiłowała nadrabiać miną, była jednak mocno speszona. Bo też to naprawdę niebywały wypadek. Przez dwadzieścia pięć lat praktyki, w tem dziewięć w samej Ubezpieczalni, jeszcze jej się nigdy nic podobnego nie przytrafiło! I żeby to choć jeszcze jakieś sześć, siedem lat temu, możnaby jako tako wytrzymać. Ale dziś, wiadomo, — kryzys i takie zdarzenie... Toć to prawdziwa katastrofa!

Coraz głośniejsze pokasływanie i nerwowe postukiwanie laską nieszczęśliwego delikwenta, wskazywało, iż traci on już resztki tej wielkiej cnoty cierpliwości, jaką dobrotliwa i przewidująca matka natura tak hojnie obdarzyła klijentów Ubezpieczalni. Pani Szufladzińska odsapnęła głęboko i mruknąwszy pod nosem: — A no, trudno!—majestatycznie wkroczyła do poczekalni.

Jankowski zerwał się szybko z krzesełka i podbiegł do niej.

— No i co, i co? Proszę pani, czy już?... Czy żona szczęśliwie urodziła?

— Owszem, już nareszcie koniec z tym porodem.

— Pani mówi „nareszcie". Czy to tak długo trwało? Czy bardzo się męczyła? I jak się czuje?...

Akuszerka zmierzyła go zdziwionem spojrzeniem.

— Osobliwy okaz mężczyzny, pomyślała. O żonę się przedewszystkiem zatroszczył. Rzadki gatunek. I byłby nawet wcale przystojny, żeby go tak podpaść trochę. — ni stąd ni zowąd przemknęło jej przez głowę.

— Proszę pani, denerwował się Jankowski. Pani nic nie mówi pani mi się tak przygląda... Czy czy... może z żoną co złego?

— Nic złego, co znowu, kobieta mocna i zdrowa jak orzech,tylko...

— Co? Dziecko nieżywe?

— Ale żywe, żywe.

— No, a co Pan Bóg dał? Syn? Córka?

— Synowie.

— S y n o w i e?... — powtórzył przeciągle. Jakto synowie? Czy pani chce powiedzieć,że bliźnięta?!

W głosie jego zadźwięczało przerażenie. Boże drogi! W ich położeniu pozwolić sobie na jedno dziecko było już wielkim luksusem, a tu bliźnięta!

— Bliźnięta, skolei powtórzyła urągliwie akuszerka i machnęła ręką. Gdybyż to tylko bliźnięta, to nie byłoby nic nadzwyczajnego, to się przecież często zdarza, ale to więcej, drogi panie, więcej, rozumie pan? Więcej!

— Jakto więcej, przecież nie zechce pani we mnie wmówić, że... trojaczki?!

— Czworaczki! Czterech chłopaków, zdrowych jak byki, normalnych jak się patrzy, będą się chować doskonale, doskonale! — wołała z jakąś niezrozumiałą dla samej siebie pasją.

— Rany Boskie!!!

Jankowski stał chwilę w niemem osłupieniu, pocierając tylko dłonią po wierzchu głowy, jakby tam nagle uczuł jakiś nieznośny ból i ciężar.

— No, niech pan tak nie desperuje, przemówiła łagodniej akuszerka. Pewno, że to feralne zdarzenie i kłopot niezwykły i ciężar na ten kryzys, zwłaszcza dla urzędnika. Czterech chłopaków. Ja to rozumiem, ale przecie nie darmo ludzie mówią, że kogo Pan Bóg stworzył...

— Czterech chłopaków! — zakrzyknął jakimś nieswoim, histerycznym głosem. Czterech! Czy pani rozumie?... C z t e r e c h!!! Ale nie, ja w to nie wierzę! U nas w rodzinie nigdy nawet bliźniąt nie było. Pani sobie ze mnie jakieś głupie żarty robi. To nieludzkie, to nawet nie przystoi. Pani jest przecież urzędnikiem...

— Głupie żarty? Głupie żarty? Jak się pan do mnie wyraża? To pan obraża urzędnika na służbie. Ja bym mogła z tego użyteczność zrobić! Ja do niego z sercem, staram się jaknajdelikatniej powiedzieć co i jak, a on do mnie z arogancją. Głupie żyrty! A no, przyjdzie pan we czwartek na widzenie to pan zobaczy na własne oczy te swoje głupie żarty!

I zanim Jankowski zdążył ją powstrzymać, — wyszła szybko, trzasnąwszy mocno drzwiami na pożegnanie.

Wyszedł na ulicę, zataczając się jak pijany. W głowie mu kołowało, w oczach latały jakieś czarne płatki, tak, że o mało nie wpadł pod przejeżdżający właśnie tramwaj. Był coprawda głodny i niewyspany, ale nie zdawał sobie z tego sprawy, uważając wszystko, co się z nim działo za efekt tej fatalnej nowiny.

— No, teraz, to już koniec z nami, już koniec, to już zupełna katastrofa, powtarzał bezmyślnie, idąc w stronę domu. Bo i jakże on, urzędnik prywatny, z niespełna trzystozłotową pensją miesięczną, da sobie teraz radę. I to mieszkanie! Jeden pokój z kuchnią.

Godzina była przedwieczorna, zawczesna na spanie, zresztą napewno nie zasnąłby teraz, a do żadnej roboty nie czuł się zdolnym. Machinalnie ujrzawszy na swej drodze jakieś oświetlone kino wszedł do wnętrza i zajął miejsce na zaciemnionej widowni. Wyświetlano jakiś kryminalny romans. Patrzył niewiele rozumiejąc. Kiedy jednak po przerwie zaczęto pokazywać reklamy, i wokół pudełka z pudrem „Bébé" ukazały się cztery pyzate pędraki, — Jankowski zerwał się nagle i niebaczny na sykania sąsiadów, którym deptał po nogach, — wyleciał z kina jak warjat.

Po raz pierwszy od czasu ożenku spędził cały wieczór w barze i poszedł spać cokolwiek „zawiany".

Nazajutrz była niedziela. Do szpitala się nie wybierał, bo mógł mieć widzenie najwcześniej w czwartek, — więc zaraz po kościele poszedł na proszony obiad do siostry.

Panna Antonina była starszą od Jankowskiego o jakieś dziesięć lat, przeżyła w dziewictwie czterdzieści wiosen, nienawidziła mężczyzn, uważając ich za przyczynę wszelkiego zła na świecie. Hodowała zapamiętale kwiaty, kota angora i 12-letnią Alusię, sierotę po niedawno zmarłej siostrze.

Wiadomość o czworaczkach pana Władysława przyjęła ze zgrozą i przez cały czas obiadu dogadywała bratu na temat jego lekkomyślności i dziwnych obyczajów, szczerze ubolewając nad dolą tej biednej Marylki, ofiary męskich namiętności.

P. Władysław łykał w milczeniu obiad, nie próbując się bronić, wiedział bowiem, że to tylko mogłoby rozpętać większą burzę, — a tak pogada i przestanie.

Jakoż rzeczywiście p. Antonina „pogadała i przestała", natomiast jego cicha rezygnacja i zgnębiona mina zjednała mu pełną współczucia sojuszniczkę w osobie przysłuchującej się pilnie monologowi ciotki drugoklasistce Alusi. I gdy p. Antonina poszła po obiedzie na pięć minut do sąsiadki, — Alusia przysunęła się z krzesełkiem i podnosząc na wujaszka swe szare oczęta, zaczęła mówić tajemniczym szeptem:

— Nic sobie wujaszku nie rób z gadania cioci Tosi. Ona tak zawsze, ale naprawdę to taka zła nie jest. Tylko już taka dziwaczka, zawsze mówi, że wszystko złe od mężczyzn pochodzi. Wiesz... tu oba ramiona podniosły się ze zdumienia do góry, — ona np. powiada, że to, że nasza stróżka ma tak ciągle dzieci, co roku prawie, to ten biedny Jan jest temu winien! No, tylko powiedz! Przecież ja już nie jestem taka głupia i wiem, że Jan, tak samo jak ty nic a nic nie jest winien, jeśli jego żona ma dziecko!

* * *

Poza sensacją, jaką wiadomość o czterech synach Jankowskiego wywołała narazie w biurze, — dawała się także zauważyć wśród kolegów i koleżanek, zwłaszcza ze starszego rocznika, i spora doza współczucia.

Poczciwsi żałowali go szczerze, złośliwi manifestowali coś jakby pogardliwe politowanie. Ale naogół wszyscy, nawet sam naczelny dyrektor, który łaskawie udzielił mu 300-złotowej pożyczki na półroczną spłatę, — unikali tego tematu i o nic nie pytali, jak się nikt

delikatny nie pyta kaleki o szczegóły wypadku, który uczynił go ślepym, czy kulawym.

Kiedy pewnego razu, p. Jerzy, zawsze wesoły jak młody psiak, praktykant biurowy, zawołał do maszynistki tak, że siedzący w drugim pokoju Jankowski mógł słyszć:

— Panno Irko, wie pani, jedni państwo, to sobie wzięli abonament na dzieci, żeby było praktyczniej, ha, ha, ha!...

Platynowa panna Irka skarciła go ostro:

— Ale za to pan, panie Jurku nie wziął abonamentu na dowcipy, a szkoda, przydałoby się.

A Jankowski sumując po raz trzeci tę samą kolumnę cyfr, nisko pochylał głowę nad robotą, aby nie dojrzano wyrazu jego twarzy. Czuł, że go chwyta w pazury już nietylko nędza i troska materjalna, ale coś stokroć gorszego. Oto niewiadomo za jakie winy był ośmieszony, zmaltretowany, poniżony, jak człowiek upośledzony, jak przestępca...

*

* *

Pani Marylka już od miesiąca wraz z potomstwem była w domu.

W domu!... Boże drogi, jeśli to domem teraz nazwać było można! Co się zrobiło z ich skromniutkiem, ale jakże estetycznem i miłem gniazdkiem!

Wszystkie lepsze mebelki, wszystko, co było ozdobą i radością ich oczów, — zepchnięto bezładnie do ciemnej alkowy. W pokoju, na honorowem miejscu stało łóżko żony, a dokoła wózki, łóżeczka, beciki, pierzynki, niecki, wiaderka i pieluchy, pieluchy, porozwieszane wszędzie, gdzie tylko jakiś sznur zaczepić było można.

Jankowski kwaterował w kuchni za firanką (jakie to szczęście, że stara Józiowa zgodziła się na przychodnią), — bowiem na jego łóżku rozpościerała się mamka.

Za firanką, oprócz polowego łóżka, stał mały kuchenny stolik, na którym wieczorami odrabiał swoje pozabiurówki, przy akompanjamencie wrzasków i pisków Japcia, Kapcia, Tytusia i Dydusia. Zazwyczaj młodzież przestrzegała kolejki: najpierw solo zaczynał Japcio, potem wyręczał go Kapcio, a dalej, gdy już tamci ustali, odzywał się Tytuś i Dyduś.

Kiedy jednak zagrzmiał naraz cały kwartet, — wówczas Jankowski rzucał robotę i fuszał na pomoc, upadającym ze umęczenia kobietom. Chwytał dwa pierwsze z brzegu zawiniątka i huśtał, huśtał, huśtał...

Nic dziwnego, że w tych warunkach, coraz częściej zdarzało mu się nie wykończyć na termin przyjętej roboty, co w konsekwencji mogło go zupełnie pozbawić dodatkowych zarobków. W biurze chodził senny, niemrawy, chwilami prawie nieprzytomny, za co spotykały go cierpkie uwagi zwierzchników, przejmujące dreszczem trwogi...

— Co będzie, jeśli mnie wyrzucą?...

Tymczasem mijał dzień za dniem, tydzień za tygodniem, smyki narazie drobne, rosły, jak na drożdżach, stawały się coraz głośniejsze, coraz więcej zabierały czasu i miejsca, coraz więcej chciały jeść...

Jankowski resztkami sił bronił się rozpaczy i gorszej od niej apatji, czuł jednak, że już tak długo ni wytrzyma, a nie widział żadnego wyjścia z tej katastrofalnej sytuacji. Zalegał już ostatni miesiąc z komornem, z pensją mamki, która stawała się coraz bardziej arogancką i groziła, że rzuci tę „cholerną służbę". — na stoliku leżały niezapłacone rachunki za Ubezpieczalnię, za gaz za elektryczność, z pełnemi grozy rubrykami: „ostatni termin płatności" — „termin wyłączenia" i t. p.

Coraz częściej uciekał teraz z domu od tych wrzasków, zaduchu, kłótni Wiktusi z Józiową, — wreszcie najbardziej może od wymizerowanej twarzyczki żony.

Pewnej niedzieli, gdy wracał z cukierni do domu, zastąpił mu w bramie drogę pan dozorca.

— Pani gospodyni chce się z panem widzieć i prosi na „kwileczkę" do dyżurki, oznajmił tajemniczo.

Jankowski zawrócił i nadrabiając miną wszedł po paru schodkach do małego pokoiku pod schodami.

— Ostatecznie jestem winien dopiero za jeden miesiąc, to jeszcze nic takiego, inni nie płacą po pół roku i więcej, a nikt ich stąd nie rusza, — pocieszał się.

Ale pani gospodyni nie wdając się w długie dyskusje oznajmiła mu, że od lipca musi sobie szukać mieszkania. Wymawia mu formalnie przy świadkach i na piśmie, na mocy kontraktu na trzy miesiące naprzód (dom był bez ochrony lokatorów), bo już dłużej tego ścierpieć nie może.

— Nie rozchodzi mi się nawet o niezapłacone komorne, to nic, mogłabym jeszcze trochę poczekać, ale te krzyki, wrzaski po nocach, sąsiedzi się skarżą, tego nikt na świecie nie wytrzyma. Proszę pana, sama jestem matką, miałam pięcioro dzieci, ale po ludzku, po Bożemu, jak się patrzy, co rok prorok, ale żeby tak odrazu hurtem, jak z przeproszeniem... kocięta jakie, czy co, i żeby się to wszystko tak chowało i darło dniami i nocami...

Wyleciał, nie słuchając dalszego ciągu tyrady, a nie mając odwagi wracać do domu na rozmowę z żoną, — zawrócił z powrotem do cukierni. Trząsł się z irytacji i mieszając odruchowo kawę, przeglądał niedzielne dodatki ilustrowane.

Nagle twarz mu jeszcze bardziej poczerwieniała, a potem zbladła.

W niemem osłupieniu wpatrzył się w ilustrację.

— Co to jest? Boże wielki, czy ja zwarjowałem, mam halucynacje, czy mi się śni?... No, tak, tak, — przecież to Marylka, karmiąca Japcia i Kapcia, a na drugiem łóżku Wiktusia z Tytusiem i Dydusiem. Co za skandal, co za bezwstyd. Nooo! tego mi już tylko brakowało!

Zerwał się i rzuciwszy zdumionemu kelnerowi zapłatę za niewypitą kawę i za dodatek ze słowami: Kupicie sobie inny! — wyleciał aż zadźwięczały szklane drzwi kawiarni.

W domu panowała wyjątkowa cisza. Bębny wykąpane i nakarmione spały, w alkowie chrapała Wiktusia, żona coś tam porządkowała w bieliźniarce. W kuchni nie było nikogo.

Zduszonym głosem, bojąc się obudzić śpiące licha, wywołał żonę do kuchni i tu zrobił jej straszną, pierwszą od czasu pobrania się, awanturę. Próżno tłumaczyła się biedaczka, że o niczem nie wiedziała, że jej nawet na myśl nie przyszło, że to jakiś reporter - fotograf. Józiowa też nie winna, bo go wpuściła do sypialnego pokoju, bo myślała, że to kontroler z Ubezpieczalni. Zanim się która z nich zorjentowała o co chodzi, już prztyknął aparatem, prędziutko zanotował wiek, płeć i imiona dzieci i zwiał. Tak się tem zdenerwowała, ale nic nikomu ne mówiła i służbie zabroniła. A teraz taki wstyd, taka kompromitacja! Ale za co do niej te pretensje, za co? Co ona temu winna?

Ale Jankowski nie chciał słuchać żadnych usprawiedliwiań, po raz pierwszy, nie wzruszyły go łzy Marylki... Był poprostu wściekły, on człowiek z natury cichy i łagodny stał się nagle tygrysem. Czuł, że tego zatraconego idjotę pismaka, który mu takiego bigosu narobił, mógłby zamordować z pasji, a przynajmniej sprać go uczciwie, po chłopsku.

W tym krwiożerczym celu popędził do redakcji niedyskretnego pisma, ale pan reporter okazał się nieuchwytnym, zaś naczelny redaktor, któremu kazał się zameldować, był właśnie bardzo zajęty i w żaden sposób przyjąć go dzisiaj nie mógł. O mało jednak nie rzucił się na jakiegoś jowialnego grubaska, który mu dobrotliwie zaczął tłumaczyć, że niema czego się irytować, bo niejeden byłby im jeszcze wdzięczny za taką reklamę.

— A niech was jasne pioruny z taką reklamą! — mruczał nazajutrz zrana, idąc do biura.

Jakoż skutki nie dały długo na siebie czekać. W biurze nawet uroczysty i sztywny zawsze woźny Ignacy, faworyt dyrektora, uśmiechał się jakoś ironicznie, wśród kolegów zaś i koleżanek milkły nagle na jego widok półgłosem, ale w bardzo wesołym tonie, prowadzone rozmowy. Nawet sam naczelny dyrektor mijając biurko Jankowskiego rzucił mimochodem przez ramię, tonem, w którym czaił się urągliwy śmiech:

— Staje się pan sławnym, panie Jankowski, sławnym.

Jankowski kulił się i czekał ostatecznego już ciosu.

Jakoż pewnego popołudnia, gdy zasiadał w swoim kącie za firanką dla odrobienia piętrzących się zaległości, — zapukano do drzwi wejściowych. Jankowski otworzył i ujrzał jakiegoś przyzwoicie wyglądającego starszego pana z teczką pod pachą.

— Komornik!... — przemknęło Jankowskiemu. Ubezpieczalnia, czy komorne?...

Po wstępnych zapytaniach i upewnieniu się, że tu istotnie mieszkają państwo Jankowscy, — jegomość, wprowadzony za firankę, (jedyne jako tako ciche miejsce w mieszkaniu), odchrząknąwszy rozpoczął:

— Jestem pełnomocnikiem p. Zygmunta Miropolskiego, znanego panu niewątpliwie miljonera kresów, który stał się sławnym, dzięki swej istotnie bardzo oryginalnej co do formy, w jakiej się przejawia — filantropji.

— Wiem, rozrzuca srebrne pieniądze garściami z worków na ulicy, — przerwała pani Marylka, która zaciekawiona wsunęła się w tej chwili do kuchni.

— Proszę nie przerywać, gdyż mam państwu oznajmić rzecz dla nich bardzo ważną. Oto mój mocodawca, który od kilku dni bawi w Warszawie, wyczytał w jednem z pism wywiad z Szanowną Panią, zainteresował się fotografją, istotnie niezwykłą (tu p. Marylka zaczerwieniła się po uszy). Krótko mówiąc postanowił zająć się losem tak niezwykle udanych, zdrowo się chowających czworaczków. Właśnie przynoszę tu do przejrzenia i podpisania akt rejentalny, w którym p. Miropolski przeznacza dla każdego z synów państwa po 50 tysięcy złotych, płatnych w chwili dojścia do pełnoletności chłopców. Do tego jednak czasu, aby im na niczem nie zbywało, na koszta wyżywienia, ubrania i wykształcenia — każdy z nich będzie pobierał pensję w kwocie 200 zł. miesiecznie. Taką samą pensję pobierać będzie również i matka, p. Marja Jankowska. Ponadto otrzyma ona również jako dar gratulacyjny 50 tys. zł., płatnych w najbliższych dniach. Pieniądz-

mi temi może rozporządzać dowolnie, według swego uznania, życzeniem ofiarodawcy jednak byłoby, aby p. Jankowska założyła duży sklep spożywczy, gdyż na tem jeszcze w dzisiejszych czasach najlepiej się wychodzi. Jestto jednak tylko życzenie, a nie bezwzględny nakaz. Co do pana szanownego, — tu starszy pan zająknął się nieco, to ofiarodawca żadnych specjalnych legatów nie przeznacza, uważając, że młodemu, zdrowemu mężczyźnie nie przystoi pobierać od nikogo zapomogi, natomiast najbardziej przystoi mu zarabiać własną pracą na swoje osobiste potrzeby.

* * *

Kiedy w kilka dni potem, już nie jedno, ale prawie wszystkie pisma stołeczne i prowincjonalne podały sensacyjną wiadomość o nowym wyczynie filantropijnym popularnego miljonera dziwaka, wraz z portretem szczęśliwych wybrańców losu, — Jankowski nie czuł się jakoś wcale tem dotknięty i z uśmiechem przyjmował owacyjne gratulacje kolegów. W pewnej chwili sam dyrektor naczelny osobiście, nie przez woźnego jak zwykle, i bardzo uprzejmie poprosił go do swego gabinetu na małą konferencję.

— Chciałem panu jeszcze raz powinszować, zaczął, ściskając go kordjalnie za rękę i coś zaproponować, chociaż nie wiem, czy Pan teraz zechce. — Otóż drogi panie Władysławie, ja już oddawna nosiłem się z tą myślą, żeby z chwilą, gdy stary Dziubacki dostanie emeryturę Z.U.P.U., zaproponować panu po nim stanowisko głównego kasjera, no oczywiście z pensją dwukrotnie większą, niż ta, którą pan dotychczas pobierał. Obecnie sprawa ta staje się aktualną. Mówię szczerze, chciałbym pana widzieć na tem stanowisku, bo to, panie drogi, na kasjera człowiek dobrze sytuowany zawsze pewniejszy, no a przytem, to jest jasne, że zarówno pan, jak i pańskie chłopaki, szczęściarze jesteście! Co tu gadać, w czepkuście się rodzili! Bo, żeby z takiej katastrofy nietylko wyjść cało, ale jeszcze na niej zrobić taki kokosowy interes, — to trzeba mieć fenomenalne szczęście! A szczęście widzi pan, to tak jak i nieszczęście — jest zaraźliwe, — więc na te kryzysowe czasy chciałbym mieć taką maskotę, he, he, he... Tylko się obawiam, że taki burżuj to może już nie zechce u mnie pracować. Co?... Zgadza się pan? O... to świetnie! Jak Boga kocham, zawsze mówiłem, że z pana morowy chłop!

Z. G.

Co robić aby balkony prezentowały się ładnie?

Obsadzone balkony aby się pięknie prezentowały muszą być również starannie pielęgnowane.

Roślina jako istota żywa potrzebuje w ciągu całego swego życia naszej opieki do tego aby rosła szybko i bogato kwitła.

Najważniejsze ale i najtrudniejsze będzie tutaj dostarczenie roślinom odpowiedniej ilości wilgoci. Pamiętać należy, że rośliny hodowane na balkonach potrzebują kilkakrotnie razy tyle wody co rośliny w ogrodzie. Dzieje się to dlatego, że w ogrodzie rosną one gromadnie, powietrze mają cięższe co zmniejsza parowanie, a rośliny balkonowe ze wszystkich stron, nawet od spodu posiadają stały dostęp powietrza. Korzenie roślin balkonowych nie mogą się chronić głębiej w ziemię.

Recepty tutaj żadnej dać nie można, bo zależne to jest od każdorazowych warunków np. gdy skrzynka jest świeżo zasiana lub zasadzona, to ziemia wysycha tylko od słońca i wiatru, później w miarę wzrostu roślin wilgoć wyczerpują korzenie i wyparowywują je liśćmi, więc potrzeba więcej wody, im skrzyneczki są mniejsze i węższe tym szybciej wysychają.

Jako zasadę przyjąć należy, iż trzeba tak podlewać aby woda objęła całą ziemię do dna, gdyż inaczej miast pożytku przynosimy szkodę. Żeby skrzynki dostatecznie nasycić wilgocią trzeba wodę wlewać w niewielkich ilościach, ale kilka razy dopóty, dopóki dołem się nie poleje.

Zasadniczo podlewanie uskuteczniać się powinno rano t. j. przed godziną 7 i po zachodzie słońca, ale można nawet podlewać w samo południe, tylko wtedy trzeba uważać by nie oblewać liści.

Za opryskiwanie rozpylaczem są rośliny bardzo wdzięczne, ale takowe należy uskuteczniać jedynie w dnie bardzo gorące. Nie można tego robić w samo południe, a najlepiej do 10 rano i od 3 po południu. Zraszając trzeba uważać aby jaknajwięcej wody dostawało się zawsze na czubki.

Częste spryskiwanie nietylko potęguje wzrost roślin ale i zapobiega panoszeniu się mszycy. W razie pojawienia się jakichś pasożytów należy natychmiast wypowiedzieć im walkę. Pomaga tu opryskiwanie co 2 tygodnie roztworem szarego mydła.

Bierze się na 1 l. ciepłej wody łyżeczkę od herbaty szarego mydła, doskonale się rozpuszcza i tym skrapia rośliny.

Ważną jest rzeczą aby nie podlewać zbyt zimną wodą z kranu czy studni. Woda do podlewania musi być wystała na powietrzu przynajmniej przez 12 godzin. Najlepszą jest tu deszczówka, którą wszędzie gdzie można należy gromadzić.

Zwykle do dobrego wzrostu roślin konieczny będzie zasiłek nawozowy. Można tu używać płynnej gnojówki zmieszanej po połowie z wodą lub co znacznie przyjemniejsze jest w użyciu nawozów sztucznych.

W handlu jest kilkanaście mieszanek nawozowych (dostać je można po składach aptecznych i po sklepach z nasionami) na pudełkach jest zwykle dokładny sposób użycia. Przestrzec tu trzeba przed zbyt wielkiemi dawkami, które mogą roślinom zaszkodzić. Podlewając nawozami sztucznemi należy uważać aby nie lać na same liście i kwiaty bo łatwo takowe uszkodzić.

Początkowo roślinki znajdują w ziemi dostateczny zapas pokarmu. Nawozy powinno się stosować dopiero latem gdy roślina szybko rośnie i już cokolwiek ziemię wyczerpała.

Należy trzymać się zasady, że lepiej jest zawsze stosować wszelkie nawozy sztuczne w mniejszych ilościach, ale częściej.

Z pośród roślin balkonowych specjalnie żarłoczne są wszelkie jednoroczne pnącza jak: nasturcje, fasole tureckie, chmiel, i t. p. Zasilanie nawozami sztucznemi powinno odbywać się wieczorem po zachodzie słońca, lub też w dnie chłodne, pochmurne, w czasie spiekoty i silnej operacji słonecznej podlewanie nawozami sztucznemi jest niewskazane.

Rośliny trwałe np. dzikie wino będzie musiało oprócz nawozów sztucznych co roku dostać zasiłek w postaci zdjęcia górnej warstwy ziemi aż do korzeni i zastąpienia takowej jaknajlepszą ziemią inspektową.

Przy skrzynkach kwiatowych na balkonie, całe lato jest coś do roboty, ale praca to miła więc nie należy jej żałować.

Przez całe lato aż do późnej jesieni należy tak rośliny jak i ziemię utrzymywać w bezwzględnej czystości.

Co pewien czas należy przeglądać rośliny, obierać je z pożółkłych liści, obcinać przekwitłe kwiatostany i t. p.

Co 2 — 3 tygodnie trzeba przekopywać wierzchnią warstwę ziemi, ale nie głębiej niż na 1½ — 2 cm. Zabieg ten jest konieczny ponieważ uleżała i twarda ziemia tamuje dopływ powietrza do korzeni i źle przyjmuje wodę. Podczas spulchniania ziemi nie poruszać za głęboko, gdyż łatwo uszkodzić korzenie.

Jak wszędzie tak i tutaj należy tępić chwasty z całą bezwzględnością. Wszelkie zielsko wyczerpuje ziemię i pozbawia ją części pożywnych. Rośliny pnące zaraz po posadzeniu trzeba zaopatrzyć w odpowiednie podpórki t. j. zrobić dla nich rusztowanie, chyba, że balustrada balkonu może to zastąpić.

Gdy się chce przedłużyć t. j. podwyższyć ścianę balkonu, wystarczy granice dać z drutu lub prętów drewnianych, a wewnątrz ponaciągać szpagat. Odstępy drutów czy sznurka powinny wynosić 20 cm.

Tak pielęgnowane balkony prezentują się pięknie, aż do późnej jesieni dopóki mróz nie zważy roślinek.

M. M.

Djeta przy ciąży

Ponieważ ciąża nie jest chorobą, ale stanem fizjologicznym, przy którym osoby cieszące się dobrem zdrowiem nie podlegają naogół żadnym cięższym zaburzeniom, specjalna zatem dieta nie jest właściwie potrzebna. Ze względu jednak na to, że panie wogóle nie odżywiają się zawsze prawidłowo, a w czasie ciąży należy tego specjalnie przestrzegać, zwrócimy więc tutaj uwagę na pewne kwestje dietetyczne. Ogólnie biorąc, kobieta ciężarna winna się odżywiać dostatnio aby jednocześnie nie zubożając swego organizmu dostarczyła nowemu, tworzącemu się dopiero życiu poddostatkiem materjału do należytego rozwoju. Pozatem, pokarm ten winien być możliwie lekkostrawny, gdyż obstrukcja, do której większość kobiet ma wrodzoną skłonność, jakkolwiek nie grozi bezpośrednim niebezpieczeństwem, jednak wogóle źle wpływa na normalne funkcjonowanie organizmu, powoduje bóle głowy, przekrwienia i t. p., które dla brzemiennej są przykrzejsze do zniesienia niż byłyby w innym stanie.

W pierwszym okresie ciąży, kiedy większość kobiet ma specjalną skłonność do wymiotów należy na odżywianie zwrócić baczniejszą uwagę. Zasadniczo można jeść wszystko normalnie, specjalnego nacisku na rodzaj potraw nie trzeba stosować, osoba brzemienna sama musi zwrócić uwagę na to czy pewne potrawy nie zwiększają usposobienia do torsji i takich oczywiście unikać. Znane jest twierdzenie, że ciężarnej nie można odmówić żadnej zachcianki, choćby miała apetyt najdziwaczniejszy. Jestto oczywiście przesada, o ile jednak zachcianka nie jest skierowana na coś szkodliwego, należy jej pofolgować ze względu na stan nerwowy, który się zawsze odbija na zdrowiu. Walczyć z zachciankami odmową ich spełnienia nie należy, sama jednak ciężarna nie powinna sobie zbytnio pod tym względem folgować. Ciąża jest stanem normalnym, to też zachowanie nasze w tym okresie powinno być jaknajbardziej zbliżone do normalnego.

Należy również uważać czy torsje nie występują przypadkiem w razie przegłodzenia, co się dość często zdarza. Niektóre kobiety umieją niedopuścić do wymiotów mając zawsze pod ręką coś do przegryzienia. O ile naogół stałe pojadanie jest niehigjeniczne, o tyle w danym wypadku dla uniknięcia mączących torsji można je stosować.

Obiad powinien się trzymać granic normalnych, kolacja może być nieco lżejsza, gdyż na skutek swego stanu kobieta brzemienna doznaje nieraz ucisku na serce i płuca, a przeładowany na noc żołądek musi naturalnie stan taki pogorszyć.

Gdyby apetyt się zwiększał w tym okresie, można mu bezpiecznie folgować, gdyż zdrowy organizm, ponoszący wydatek na tworzenie nowego życia dopomina się o wyrównanie wydatków ze względu jednak na bardzo ważny dla zdrowia warunek dobrego trawienia, trzeba kłaść nacisk na pokarmy nie obciążające żołądka.

Owoce są zalecane i ze względu na łatwostrawność i na obecność witamin, ponieważ w niektórych sezonach są one u nas drogie, i nawet wtedy gdy stanieją stanowią dla budżetu duże obciążenie, należy je zastąpić sokiem z cytryny wciskanym do herbaty, potraw, wody, oraz sokiem z marchwi, który otrzymujemy w sposób następujący: oskrobane 5 — 6 marchwi utrzeć na tarce, włożyć w czyste płótno, wycisnąć. Komu sok z marchwi nie smakuje, może go doprawić cytryną i cukrem.

Chleb razowy powinien wogóle wchodzić jako stale spożywane pieczywo do menu osób skłonnych do obstrukcji.

Dobrym środkiem sposobem regulowania żołądka i kiszek jest spożywanie suszonych śliwek bądź w kompocie bądź surowych.

Tyle o diecie kobiety zdrowej. Wrazie zauważenia jakiejś niedokładności w funkcjonowaniu organizmu niewolno radzić sobie samej. Na przeczyszczenie brać nie należy, chyba na wyraźne zlecenie lekarza. Wrazie zaburzeń w oddawaniu moczu, małej jego ilości, przykrem podrażnieniu i t. p. wezwanie lekarza a przedtem zrobienie analizy, którą mu należy pokazać jest wskazane. Zanim jednak lekarz przybędzie i analiza wykaże jaka dieta będzie wskazana, należy się powstrzymać od używania mięsa i możliwie ograniczyć ilość soli. Trzeba pamiętać, że nieużywanie mięsa oznacza w pierwszym rzędzie rosół i zupy na mięsie czy kościach oraz wędliny.

O ile nerki pozwalają na spożywanie mięsa, będziemy unikały obfitego spożywania rzeczy mącznych, zwłaszcza słodkich oraz dużej ilości płynów. Na zdrowie one brzemiennej nie szkodzą, ale sprzyjają dużemu wzrostowi płodu a co zatem idzie robią cięższym poród.

Alkoholu, nawet pod postacią piwa, używać brzemiennej przez cały ciąg ciąży nie wolno i ze względu na nią samą i przedewszystkiem ze względu na mające przyjść na świat dziecko. Jeżeli nawet ktoś nam spróbuje dowodzić, że znał przykłady i to liczne, kiedy używająca trunków matka miała zdrowe dzieci, nie należy mu wierzyć. Cóż z tego, że nie cierpią na epilepsje i nie mają wody w głowie, mogą mieć jednak pewne choćby drobne przypadłości nerwowe lub ograniczenie zdolności, wywołane właśnie piciem alkoholu przez matkę w okresie ciąży.

Nie należy zatem lekkomyślnie brać na siebie tak ciężkiej odpowiedzialności.

Dr. M. K.

Jeszcze coś o piegach

W dzisiejszych czasach, kiedy kobiety nie unikają słońca jak dawniej, wiosłują, pływają, uprawiają wszelkie sporty na wolnem powietrzu, w pełnem świetle, sprawa piegów jest ważna i częsta. Przykre to jest dla nas, że nie mamy na wszystkie takie usterki leków radykalnych i bezwzględnie pewnych, zależy to przedewszystkiem od gatunku skóry, barwnika, stanu zdrowia, pewnych indywidualnych wrażliwości, które nie dadzą się nieraz nawet badającemu lekarzowi uchwycić odrazu, tem więcej osobom radzącym zdaleka, na niewidzianego.

To też podając nasze przepisy mamy na względzie przedewszystkiem takie środki i zabiegi, które będąc często skuteczne, rónocześnie nigdy nie szkodzą. U niektórych osób piegi są bardzo uporczywe, bardzo duże, nie ustępujące pod zaleconemi maściami.

Obecnie wchodzi bardzo w użycie jako środek rozjaśniający perhydrol. Znamy go wszyscy w stanie rozcieńczonym jako wodę utlenioną. Naogół ja osobiście unikam środków chemicznych, ostrych, trochę z obawy, aby panie w chęci osiągnięcia szybkich rezultatów nie przesadziły co do ilości, po części zaś, ze względu na to, że istnieje rozmaita wrażliwość skóry, a wiele jest twarzy, które znoszą tylko delikatne kremy, a nawet woda i puder je drażni.

Piszę to zatem dla przestrogi, jednocześnie podając jednak przepis na emulsję, która się okazała wielce skuteczna na piegi.

W porcelanowym kubeczku a lepiej jeszcze słoiku, bo przy przelewaniu dużo się marnuje, rozpuszczamy 10 gramów lanoliny, dolewamy do tego 10 gramów gliceryny skłóconej z takąż ilością wody utlenionej i dobrze zmieszamy. Po odstawieniu z pieca do przestudzonego dodajemy 10 gramów olejku kamforowego, 10 gramów spirytusu salicylowego, 3 krople eukaliptusowego olejku, oraz gram chininy w proszku. Dobrze wymieszać. Gdyby się rozdzielało, przed każdem użyciem znów przemieszać.

Jeżeli piegi są obfite, uparte i duże, można miejsca niemi szczególnie zasiane przemywać watą zamaczaną w wodzie utlenionej. Woda sprzedawana pod nazwą utlenionej w aptekach ma w sobie pewną ostrość, nie należy jej nadużywać, gdyby wystąpiło podrażnienie skóry, zaprzestać przemywania. Miejsca podrażnione posmarować czystą lanoliną, następnie stosować zaleconą wyżej emulsję. Przemywając pod oczami uważać, aby nie moczyć wodą utlenioną rzęs i ze względu na oczy i przedewszystkiem dlatego, że od wody zjaśniałyby i skruszały rzęsy. W wypadkach lekkich, mało wyraźnych piegów powinna wystarczyć kuracja podana przez nas dawniej, dziś podajemy sposób nieco silniejszy na wypadek gdyby zabiegi słabsze niezupełnie wystarczyły.

Aemi.

ROZSADA IDZIE NA GRZĘDY

Plon roślin sadzonych z rozsad, jak kapusty, kalarepy, pomidorów i t. p. w znacznej mierze zależy od jakości tej rozsady i od sposobu posadzenia. Dobra rozsada powinna być gruba, krępa, powinna mieć listki mięsiste, dobrze rozwinięte o intensywnej barwie zielonej, o silnie rozwiniętym systemie korzeniowym i wielkiej ilości drobnych korzonków, których się ziemia dobrze trzyma, jeszcze długo po wyjęciu ich z ziemi.

Rozsada taka pochodzi z rozsadnika o ziemi żyznej, ale nie przenawożonej, na której nasiono było niezbyt gęsto rozsiane.

Zła rozsada jest wybujała, ma małe wątłe liście na długich, cienkich ogonkach. Korzonki słabo rozwinięte, drobnych włoskowatych korzonków brak prawie zupełny, na łodyżkach takiej rozsady żyje często grzybek, który powoduje gnicie tkanki korowej. Z rozsady takiej nigdy niema pociechy, przyjmuje się ona trudno, długo choruje, wiele sztuk ginie zupełnie, trzeba dosadzać, co opóźnia zbiory i t. d. Nie pomogą tu żadne starania i rośliny wyhodowane z takich mateczników nigdy dobrego plonu nie wydadzą. To też pamiętać należy również, iż sadzić warto jedynie rośliny zdrowe i silne.

Pamiętać należy również o tem, że przez nieodpowiednie obchodzenie się można najpiękniejszą nawet rozsadę zniszczyć. Najlepiej się przyjmują świeże rośliny t. zn. takie, które wprost z rozsadnika idą na grządki. Dalej trzeba pamiętać, iż przesadzanie to jest gwałt zadany naturze, to też należy je wykonywać możliwie jak najostrożniej.

Roślinki wyrywane niedbale z uszkodzonemi liśćmi i korzeniami dają wielki procent „inwalidów" niezdolnych do życia.

Wyjmując rozsadę z rozsadnika, trzeba grządki zlać silnie wodą, aby się ziemia korzonków dobrze trzymała. Do wykopywania rozsady najlepiej używać małej ręcznej łopatki lub wąskiej, cienkiej, ostro zakończonej listewki z drzewa. Łopatkę tę wpuszczamy prostopadle do ziemi obok rozsady, którą chcemy wykopać, następnie pochylamy, podważając nią roślinki wybierane. Podważone roślinki wybieramy ostrożnie wraz z ziemią, bacząc, aby ta się z korzonków jak najmniej osypywała, wkładamy rozsadę do płaskich koszyczków lub skrzyneczek i niesiemy na grzędy.

Rozsadę wyjmujemy partjami, aby nie więdła t. zn., że wyrywamy jej naraz tylko tyle, ile w krótkim czasie możemy posadzić.

Przed wyrwaniem roślinek należy sobie oczywiście przygotować grządki. Sadzić najlepiej w świeżo skopaną, w miarę wilgotną ziemię.

Ziemi nie należy zbytnio „proszkować", t. zn. zbyt miałko grabić, ale baczyć trzeba, aby nie było zbyt dużych, twardych grud. Gdyby przy znaczeniu kołkiem okazało się, że w miejscach, w których ma się sadzić rozsadę są twarde grudy, to trzeba je rozbić.

Rządki, w których się sadzi rozsady, powinny być wytyczone możliwie prosto przy pomocy sznura.

Najlepszą porą do sadzenia jest czas od godziny 5 po południu do zmroku, z tem, że wszystkie roboty przedwstępne, muszą być wykonane poprzednio, wtedy samo sadzenie idzie bardzo szybko. Jeśli można, należy wybrać do tego dzień chmurny, tuż przed deszczem.



Bardzo sprzyja przyjęciu się rozsady maczanie ich korzonków w papce, zarobionej z wody, gliny i krowieńca, papka taka powinna mieć konsystencję cokolwiek gęstszą, niż ciasto na lane kluski.

Zabieg ten ma na celu zapobieganie zbyt szybkiemu wysychaniu korzonków. Glina oblepiwszy korzonki ułatwia im jakby „zamieszkanie" w ziemi, czem ułatwia i przyśpiesza przyjęcie się roślinek.

Błędy popełniane przy sadzeniu są bardzo liczne: często spotyka się rozsadę posadzoną tak głęboko, że korzonki nie mają dostatecznej ilości powietrza, przez co chorują, obłamuje się korzonki, skutkiem czego roślinka zostaje pozbawiona jakby ust do pobierania pokarmów; umieszcza się roślinki za płytko i tylko lekko oblepia ziemię wokoło, przez co rozsada wysycha, zagina się korzonki i t. d.

Technika prawidłowego sadzenia przedstawia się następująco: gdy miejsca, gdzie mamy sadzić, są już przeznaczone podług sznura, bierzemy do lewej ręki po jednej roślince a do prawej kołek do sadzenia i robimy nim dołek takiej głębokości i szerokości, aby korzonki roślinki dobrze się w niego zmieściły.

Zasadą jest, aby roślinkę sadzić na tym samym poziomie, w jakim rosła poprzednio i aby korzonki równo rozkładać, broń Boże nie zaginając. Gdy zauważymy, że się zaginają prostujemy je końcem kołka, a aby roślinka nie opadła zbyt głęboko, trzymamy ją w dwóch pierwszych palcach lewej ręki, a trzy dalsze palce opieramy na ziemi i wtedy łatwo nam przychodzi sadzonkę opuszczać lub podnosić, aby się znalazła na właściwym poziomie.

Gdy roślinkę już dobrze umieścimy i korzonki odpowiednio rozmieścimy, wtedy zagartujemy ziemię ze wszystkich stron ręką lub kołkiem.

Jeśli to robimy kołkiem, trzeba go wpychać w ziemię nieco ukośnie tuż obok świeżo posadzonej roślinki.

Nakoniec przy pomocy palców obu rąk formujemy dookoła maleńkie zagłębienia, gdzieby mogła się zatrzymać woda.

Natychmiast po posadzeniu roślin. podlewamy je i do momentu, gdy już raźno zaczyna rosnąć, nie pozwalamy ziemi ani na chwilę zaschnąć.

Po 4 — 6 dniach uskuteczniamy dosadzanie, t. j. roślinki nieprzyjęte zastępujemy nowemi.

M. M.

Specjalista od ról kobiecych.

Bawił w Warszawie znakomity aktor chiński Mei-Lan-Fang, który przedsięwziął podróż po Europie. Utalentowany chińczyk jest nietylko aktorem ale również reżyserem, tancerzem, akrobatą, śpiewakiem i malarzem.

Wprawdzie nowoczesny teatr w Chinach, grywający sztuki europejskie posługuje się już kobietami dla ról żeńskich, jednakże klasyczny, oparty na tradycjach teatr chiński powierza wszelkie role wyłącznie mężczyznom. Oczywiście, jak w każdym zespole, pewien rodzaj ról przypada zawsze pewnemu typowi artysty. Pan Mei-Lan-Fang, szczupły, drobny, posiadający giętkie ruchy i delikatny głos jest właśnie specjalistą od ról żeńskich, których ma już w swoim repertuarze zgórą 400.

—o—

Zwycięstwo Jędrzejowskiej.

Mistrzyni Polski w tenisie osiągnęła nowe piękne zwycięstwo na zawodach tenisowych w Rzymie, zdobywając tytuł mistrzyni Włoch w tenisie, w grze podwójnej.

—o—

Dwa słowa o sporcie.

Dn. 28 kwietnia otwarto przystań warszawskiego klubu wioślarek. 15 maja początek lekcji pływania. Wyjazdy żeglarskie już się rozpoczęły.

Do Abonentów Elektrowni Warszawskiej

Pragnąc uprzystępnić w okresie letnim korzystanie w szerszym zakresie z elektryczności, wprowadzam tytułem próby specjalną premję dla tych abonentów, którzy w 1935 r. w ciągu sześciu letnich miesięcznych okresów zużyją na liczniku do oświetlenia większą liczbę kilowatogodzin niż w tych samych okresach roku ubiegłego.

Tacy abonenci otrzymają darmo połowę nadwyżki zużycia, wykazanej na podstawie sześciu następujących po sobie miesięcznych rachunków, wystawionych po dniu 8 maja r. b. Liczba bezpłatnych kilowatogodzin z zaokrągleniem do pełnej jednostki potrącona będzie z zużycia za okres XI r. b.

Z premji powyższej korzystać mogą jedynie ci abonenci, którzy mieli licznik do oświetlania w 1934 r. w tych samych sześciu letnich okresach miesięcznych.

Zarządca Sądowy
Elektrowni Warszawskiej.

WZOROWA KROLIKARNIA

Królikarnia na 50 sztuk królików rozpłodowych, to już poważne przedsiębiorstwo. Posiadając 45 matek i 5 samców można w ciągu roku dochować się znacznej ilości potomstwa. Licząc najskromniej: po 3 wykoty od każdej samicy i po 4 sztuki każdorazowo przeciętnie, w wykocie, będziemy mieli 12 sztuk młodych od jednej samicy, czyli 540 sztuk młodzieży rocznie. Ilość ta w rzeczywistości może być znacznie większa i w wypadku pomyślnym osiągnąć 800, a nawet 1000 sztuk. A zatem trzeba już zgóry przewidzieć rozmiary pomieszczenia dla dużej ilości królików. Gdybyśmy urządzili królikarnię w klatkach, trzebaby 50 klatek dla sztuk rozpłodowych, gdyż każda sztuka musi mieć własną ubikację. Poza tem trzeba pamiętać o ubikacjach dla młodzieży. Licząc po 20 sztuk na jedną ubikację, musielibyśmy zbudować okooł 30 — 40 klatek-zagród dużych rozmiarów dla młodzieży. Jest to niezbędne, a przytem wskazane, aby młodzież korzystała z osiatkowanych wybiegów, gdyż posiadając więcej ruchu, lepiej się rozwija. Rozmiary klatek-stajenek dla sztuk rozpłodowych są następujące: długość 1 metr, wysokość i głębokość 75 cm., przednia ścianka służy jako drzwiczki, osiatkowana mocną siatką drucianą.

Klatki - stajenki w kształcie domków zbitych z desek z daszkiem pochyłym na jedną stronę (ku tyłowi) są najbardziej praktyczne. Ustawia się je na dworze rzędem, można też ustawić piętrowo (jedne na drugich). Dno klatek nie powinno być zbite szczelnie, a to z tej przyczyny, aby wydzieliny płynne królików przeciekały po przez dno nazewnątrz. Gdy klatki są rozmieszczone piętrowo, wydzieliny spływają po pochyłych daszkach dolnych klatek.

Stajenki dla młodzieży powinny mieć po metrze długości i 1 metr głębokości.

Aby się karma nie marnowała, trzeba zadawać ją do drucianych drabinek (siano, trawę i t. d.), a ziarno do przewróconego kafla lub specjalnych ciężkich kamiennych miseczek.

Chcąc prowadzić tak dużą hodowlę trzeba wpierw zaznajomić się dobrze z literaturą królikarską i odbyć praktykę, zaczynać należy zawsze od małego.

Hodowla królików na futerka

Futerko z pospolitych królików ma bardzo małą wartość. Króliki opłacają się tylko wtedy, gdy hoduje się specjalne gatunki, których futerka są poszukiwane na rynku kuśnierskim. Zawsze poszukiwane są skórki z białych tak zwanych angorskich królików.

Hodowla angorskich królików nie nastręcza więcej trudności niż hodowla innych ras. Nawet angory są mniej podatne na wszelkie choroby, zwykle panujące wśród „kłapouchów". W następnym artykule opiszę praktyczny sposób hodowli królików, teraz jedynie chciałbym w krotkości zapoznać Szanowne Czytelniczki ze sposobem organizacji hodowli.

Ojczyzną królika angory jest Mała Azja, skąd dopiero przedostał się na zachód. Najczęściej jest biały, lecz spotyka się też odmiany popielate i czarne. Mimo, że wełna z tych ostatnich jest też łatwą do sprzedania, największym zbytem cieszy się wełna biała, gdyż można ją farbować na dowolne odcienie, gdy tymczasem popielata lub czarna musi być użyta w naturalnym kolorze.

Z wyglądu zewnętrznego angory podobne są do zwykłych królików, oczy mają różowe, uszy krótkie, zakończone zazwyczaj kępką długich i miękkich włosów. Gatunek mający sierść obfitą i lepszą, ma głowę wąską i długą, w przeciwieństwie do innych gatunków, mających głowę krótką i grubą.

Żeby dohodować się ładnych królików, trzeba przedewszystkiem zaopatrzyć się w dobrze zbudowane i pełne życia samce, bo tylko takie mogą gwarantować zdrowe potomstwo.

Dobrze rozwinięty samiec powinien ważyć 5 do 6 kilogramów. Żeby go nie przemęczać, nie powinno się go częściej dopuszczać do samic jak trzy do cztrech razy w tygodniu.

O ile możliwe, powinno się zwracać uwagę na to, żeby klatki z samcami były oddalone przynajmniej o dwanaście metrów od klatek z samicami, gdyż pod wpływem zapachu samców, samice często porzucają swoje młode, względnie je nawet zjadają.

Samice przeznaczone na matki, trzeba wybierać z pośród najbardziej łagodnych i najmniej dzikich. Ważnym szczegółem jest, żeby miały dobrze rozwinięte sutki, nawet w okresie gdy nie są kotne.

Samica może mieć bez szkody dla swego zdrowia 6 razy do roku młode w ilości po 5 do 8 sztuk, tak, że przeciętnie z jednej matki powinno się mieć około 30 młodych rocznie.

Przy hodowli królików angorskich najważniejszym artykułem zbytu jest wełna, którą w specjalnych warsztatach przerabiają na znane ze swej dobroci i ciepłoty swetry, pledy i t. p. Mięso zaś pozostaje jako produkt uboczny z którego można robić doskonałe pasztety, mające również duży zbyt nawet zagranicą. Przepis na tani i smaczny pasztet z króliczego mięsa podam w jednym z następnych artykułów.

M. D. B.

ŻYWIENIE KRÓLIKÓW

Żywienie królików naogół nie nastręcza zbyt znacznych kłopotów, jednakże przesadnem jest twierdzenie, iż króliki można żywić byle czem i mimo to królikarnia będzie dobrze się rozwijać. Wiemy aż nadto dobrze iż królik pozbawiony swobody i zamknięty w małej stajence wymaga większej pielęgnacji, niż zwierzątko korzystające z pełnej swobody. Zarówno niedokarmianie jak i zbytnie zakarmianie królików jest bezwzględnie szkodliwe.

Mijają się z prawdą, ci którzy sądzą, że króliki można żywić jedynie chwastami a zimową porą sianem i mimo to będzie z nich pożytek. Królik naogół jest zwierzątkiem dość żarłocznem. Aby czuł się dobrze, potrzebuje zarówno paszy objętościowej (zielenicy, siana i t. p.) jak i treściwej (ziarna, otrąb i t. d.), według obliczeń miesięcznie dla królika potrzeba paszy bytowej t. j. niezbędnej do podtrzymania życia — siana 4 kg., owsa 3/4 kg., otrąb pszennych — 3/4 kg., wreszcie okopowizny 4 kg. Dla sztuk zaś rozpłodowych w okresie rozmnażania ilość tę należy jeszcze powiększyć, a mianowicie do 4½ kg. siana, i kg. owsa 3/4 kg. otrąb, wreszcie do 4½ kg. okopowizny. Żywienie królików w lecie samą trawą, a w zimie sianem zmuszałoby królika do pochłaniania zbyt dużej ilości tych produktów. Zważmy, iż siano jest od 2 do 3 razy mniej pożywne od ziarna, otrąb, kuchów i t. p. Gdybyśmy zmuszeni byli do karmienia królików przez pewien czas tylko sianem, należałoby dawać na sztukę przynajmniej 400 gr. siana dziennie. Wychodząc z powyższego założenia, możemy sobie obliczyć ile potrzeba będzie paszy dla wyżywienia określonej ilości królików. Uprawiając niezbędne rośliny dla królików we własnem gospodarstwie należy mieć na uwadze, iż mórg dobrej ziemi przy należytej uprawie może wyżywić do 600 sztuk królików. Liczymy mniej więcej na jedną sztukę 8⅓ do 9 metrów kwadratowych powierzchni uprawnej roli.

Nie ulega wątpliwości, iż dla królika główny pokarm stanowi trawa i siano, lecz podobnie, jak koń żywiony tylko sianem ma brzuch rozepchany i lichy wygląd, królik nie otrzymujący choć trochę owsa niema żywości, sierść ma zmatowiałą, ruchy powolniejsze i t. d.

Królik, jako zwierzątko roślinożerne, je chętnie różne chwasty, trawę, warzywa, owoce, liście i gałązki z drzew, nasiona, ziarna, makuchy, słodziny i t. p. Z pośród traw i siana wybiera najchętniej rośliny o szerokich liściach. Zatem siano z łąk zalewnych, cenione zazwyczaj jakopokarm bardziej wartościowy dla większych zwierząt gospodarskich, dla królika ma mniejszą wartość, niż siano leśne, zawierające większy odsetek małowartościowych naogół roślin. Siano z koniczyny królik lubi i jest dlań pożyteczne, ale niestety, objada przeważnie listki, pozostawiając łodygi. Koniczynę świeżą je bardzo chętnie, należy wsze-

lako zwracać uwagę, aby nie była mokra, gdyż zjedzona w nadmiarze wywołuje rozdęcie. Podobnie działają liście kapusty zjedzone przez królika w nadmiarze. Króliki naogół podobnie jak zające, bardzo lubią różne rośliny z goryczką, jak piołun, chrzanowe liście, łubin, dziką cykorję, mniszek, nadto liście i gałązki wierzby, osiki, dębu, leszczyny, brzozy, lipy, jabłoni. Gałązki drzew są pożyteczne, bo dają nadto pracę ciągle odrastającym zębom królików, które muszą mieć coś do gryzienia, w przeciwnym razie, króliki gryzą drewniane części swych stajenek. Są rośliny szkodliwe dla królików, których nie należy dawać tym zwierzątkom. Między innemi do takich roślin należą: jaskry zawilce, wilcze łyko, ostromlecze, maki, psianka czarna, wilcze jagody, fasola w zielonym stanie, sałata, gryka zielona, kąkol, liście wiśni, czereśni, moreli, śliwek i brzoskwiń. W dzikim stanie królik sam unika roślin dlań szkodliwych, zresztą zjadając je nawet w niewielkich ilościach nie wyczuwa ich szkodliwości, gdy natomiast siedząc w stajence z głodu zjada często paszę dla siebie szkodliwą i przytem zjada ją nieraz w nadmiarze. Ziemniaki surowe i obierki z ziemniaków są również szkodliwe, natomiast ziemniaki gotowane zmieszane z otrębami pszennemi stanowią dobrą paszę. Inne okopowe, a zwłaszcza marchew pastewna, buraki pastewne i cukrowe, pasternak, króliki bardzo lubią i jedzą je chętniej surowe. Liście łopianu również należą do paszy lubianej przez króliki.

M. M.

Jak przyspieszyć nieśność kur

Oto pytanie, które zadaje niejedna gospodyni pragnąca mieć większy dochód z drobiu, wiadomo bowiem, że im jaja wcześniejsze tem wyższą za nie cenę osiągnąć możemy. Czy kury zaczną nieść wcześnie zależy dużo od tego z jakiego pochodzą lęgu i oczywiście im wcześniejsze tem prędzej nieść zaczną. Poza tem dużą rolę gra rasa kur, a więc wszystkie rasy ciężkie zaczynają nieść się około 1 — 2 miesięcy później jak kury rasy krajowej, lekkiej. Poza tem duży wpływ na nieśność ma pasza, którą kury dostają. Dla przyśpieszenia nieśności konieczny jest dodatek ciał białkowych, t. j. mąki mięsnej lub rybiej i makuchów. Poza tem zaleca się jako ostatnie pożywienie podawać całe ziarno pomiędzy godz. 7 — 9 wieczorem i w czasie tym kurnik oświetlać jasno. Nadzwyczajne wyniki daje mały dodatek jodu do wody do picia. Jod działa pobudzająco na gruczoły, a ponadto przyczynia się do lepszego zużytkowania pokarmu. Jaja duże i w wysokim stopniu zarodne. Recepta, którą stosują jest następująca: 10 g jodkalium rozpuszcza się w ½ litrze wody i z mikstury tej dodaje się po 3 kropie na 1 litr wody do picia. Jaja od kur w ten sposób karmionych zawierają pewien procent jodu, a ponieważ jod jest dla ludzkiego organizmu bardzo wskazany i często przepisują go lekarze, są w handlu bardzo pożądane i ukazują się w handlu jako „jajka jodowe", cenione wyżej jak znane nam świeżutkie „jajka do picia".

Jod należy dodawać również do wody do picia dla młodego drobiu, a specjalnie przeznaczonego do chowu.

Dzienniczek ogrodniczy

Każdy właściciel nawet najmniejszego ogródeczka lub nawet kilkunastu doniczek z roślinami pokojowemi powinien sobie sprawić gruby zeszyt, by systematycznie notować różne spostrzeżenia z życia roślin.

Czynność ta zajmie minimalną ilość czasu i jeśli będzie prowadzona systematycznie i porządnie odda nam cenne usługi i może być ciekawą lekturą.

Każda pojedyncza roślina jako istota żywa ma swoją indywidualność, swoje cechy swoiste, swoje wymagania i t. p. Jeśli więc będziemy prowadzić książeczkę, w której będziemy notować różne spostrzeżenia, to obraz każdej roślinki po pewnym czasie się uwypukli.

Bardzo wiele cennych obserwacji i spostrzeżeń nie dostaje się do ogólnej wiadomości, bo prowadzenie takiego dzienniczka nie jest powszechnie wprowadzone. Prowadzenie takich notatek to rzecz łatwa, nie musi to bowiem być nic skomplikowanego, notować można nawet stylem telegraficznym.

Prowadzenie takiego dzienniczka może nam wiele pomóc i od niejednej straty materjalnej uchronić.

Często przecie się zdarza, że popełniamy jakiś błąd, a potem wyjdzie nam to z pamięci i znów go popełniamy. Gdy będziemy sumiennie dziennik prowadzić będzie to niemożliwe.

Notatki dadzą nam po pewnym czasie wyraźny obraz wymagań każdej rośliny.

Zapisywać tu będziemy np. u roślin pokojowych: dokładny czas rozpoczęcia wegetacji, porę przesadzania, jakość ziemi, ilość wody, porę kwitnienia, ilość pąków, rozpoczynanie okresu zastoju, temperaturę zimowiska, stanowisko do światła, nawożenie i t. p., wszystko co u rośliny zaobserwujemy.

Tu się zapisuje co się w innych ogrodach widziało, co chętnieby się wprowadziło do własnej hodowli, czego nie można nigdzie dostać, notuje się przebieg kiełkowania nasion i t. p.

Wszystko to razem da nam pełny obraz życia naszego ogrodu, który każdego roku innym się nam wydawać będzie, gdyż innemi oczami na niego patrzeć będziemy.

Telefon od „Praktycznej Pani"

Hallo! Hallo!

Jeśli na drobiazgach metalowych jak popielniczki, stylizowane zwierzęta i t. p. pokaże się rdza, nie należy używać ostrych sposobów usunięcia ale wziąć poprostu gumę do wycierania atramentu (nie do ołówka) i rdzę zetrzeć. W razie gdyby dotknięte nią miejsce było wgłębione, można oczywiście gumę odpowiednio przyciąć.

Uprzejmie prosimy nasze Czytelniczki, aby zamawiając formy bibulkowe chciały przy numerze sukni podawać wyraźnie litery P.P. jako odnoszące się do naszego pisma, oraz dla uniknięcia nieporozumień numer zeszytu, w którym był dany fason pomieszczony.

SŁONECZNIKI

Słonecznik to jedna z najbardziej dekoracyjnych roślin. Grządki warzywne, na których tarcze słonecznika kręcą się za słońcem na wszystkie strony, nabierają jakby wesołego wyglądu.

Pożytek zaś z tej rośliny oprócz ładności jest bardzo duży, przedewszystkiem ziarnka słonecznika stanowią ulubiony przysmak dzieci. Wysuszone ziarnka dają w zimie wspaniały, niczem nie zastąpiony dodatek do karmy dla kur. Jest to pasza wybitnie rozgrzewająca i dlatego niezbędna w czasie mrozów. Kwiaty wyrastające z dolnych kątów liści, dają niesłychanie dekoracyjną ozdobę naszych mieszkań i to w momencie, gdy cała natura zamiera i gdy poza cmentarnemi astrami, prawie żadnych kwiatów już niema.

Łodygi słonecznika, wysuszone i przechowywane pod dachem w przewiewnym miejscu, dają doskonały materjał na podpałkę, co również pozwala parę groszy wydawanych na drzazgi oszczędzić.

Ostatnie doświadczenia wykonywane w Ameryce, Belgji i Francji wykazały, że słonecznik w czasie wzrostu pochłania więcej wody, niż jakakolwiek inna roślina, skutkiem tej właściwości można go używać do osuszania wszelkich błot i bagnistej ziemi. Zasiany na bagnowatym miejscu osusza je, wstrzymuje wydzielanie się niezdrowych wyziewów i sprawia ziemię, przygotowując ją do dalszej uprawy.

Kwiat słonecznika zawiera wielkie ilości pyłku i należy do kwiatów bardzo miododajnych, z tego też względu należy go sadzić w miejscach, gdzie są pasieki.

Tam, gdzie uprawiają większe ilości słonecznika, tworzy się z niego olej.

Olej słonecznikowy świeży jest tak smaczny, że może zastąpić drogą zagraniczną oliwę, a wytłoki służą na pokarm krowom, kozom i t. p.

Byłoby bardzo wskazanym, rozszerzyć u nas tę uprawę. Daleka jestem od namawiania do zakładania wielkich plantacji słonecznikowych, ale uprawianie słonecznika, jako międzyplonu, w kartoflach, burakach, kapuście i t. p. mogłoby się wydatnie przysłużyć do powiększenia rentowności upraw rolnych. Słonecznikami możnaby obsadzić wszelkie miedze (oczywiście, dobrze doprawione) i granice.

Sama uprawa nie nastręcza żadnych specjalnych trudności. Wymaga on tylko ziemi głęboko uprawnej, dobrze zasilonej i zasobnej w wapno.

Sieje się słoneczniki w kwietniu ostatecznie i początku maja, co 30 cm. po dwa ziarenka. Jeśli zaś go sadzimy, jako międzyplon, to trzeba sadzić przynajmniej co 1,20 cm.

Najlepszą odmianą jest słonecznik, zwany Olbrzymim.

Po wzejściu usuwamy słabszego osobnika tak, aby w każdym miejscu rósł tylko jeden osobnik.

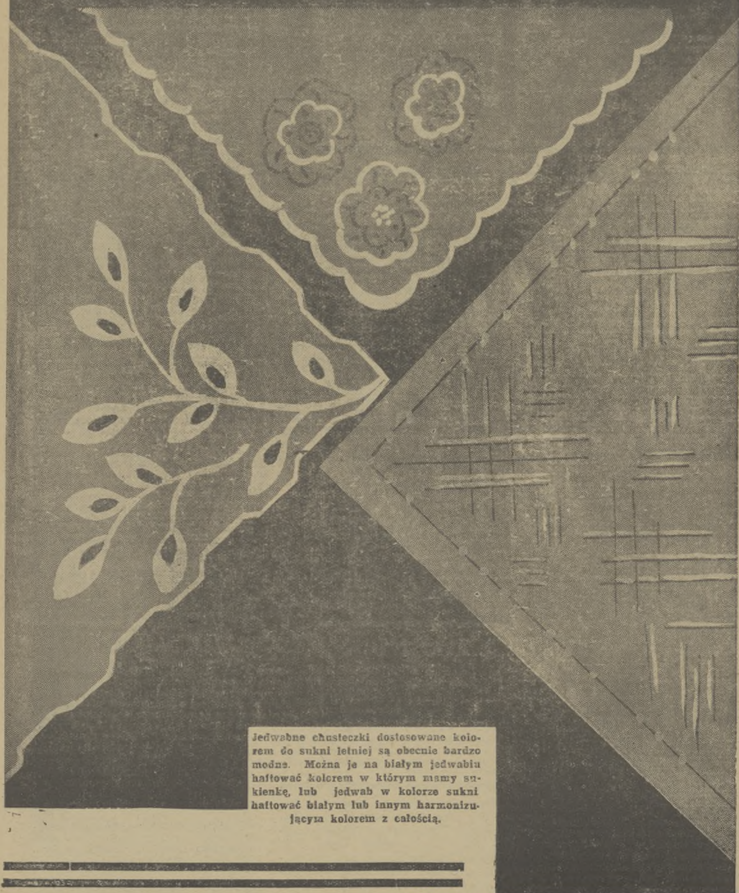
Jeśli się chce otrzymać specjalnie duże tarcze nasienne, to należy na każdej roślinie zostawić tylko po jednym kwiecie, a resztę usunąć ostrym nożem.

Jesienią wycinamy tarcze w miarę dojrzewania. Ze zbiorem nie należy się zbytnio śpieszyć i zrywać dopiero wtedy, gdy ziarenka zaczynają wylatywać.

Oczyszczamy słoneczniki odrazu z szypułek i wyłuszczamy z tarczy. Następnie należy ziarnka przesuszyć na słońcu, lub też w piecu, (za wyjątkiem tych, które mają zostać na nasienie).

Nasiona słonecznika mają tę brzydką wadę, że łatwo pleśnieją i psują się, jeśli nie są przed schowaniem dokładnie wysuszone.

CHUSTECZKI



Jedwabne chusteczki dostosowane kolorem do sukni letniej są obecnie bardzo modne. Można je na białym jedwabiu haftować kolorem w którym mamy sukienkę, lub jedwab w kolorze sukni haftować białym lub innym harmonizującym kolorem z całością.

POMOCNICE DOMOWE

W poprzednim artykule poruszyłam sprawę świadectw, skolei pomówię o drugiej bolączce, nad którą odbywały się w Związku Pań Domu debaty, t. j. o niskim poziomie kulturalnym i zawodowym pomocnic domowych.

Co się tyczy poziomu moralnego i kulturalnego, trzeba go wyodrębnić od wykształcenia fachowego. Podwaliny moralne i poziom cywilizacji są zależne od domu, z jakiego młoda dziewczyna wychodzi, obecnie coraz rzadziej spotykamy analfabetki, trzeba jednak przyznać z żalem, że jeśli nawet szkoła powszechna daje dziewczęciu pewien zasób wiadomości, to poziomu etycznego ani choćby tylko obyczajności, naogół wcale nie podnosi. Dlaczego się tak dzieje, czy może się dziać inaczej o tem nie mogę teraz mówić, gdyż toby wymagało specjalnego artykułu i szerszego ujęcia zagadnienia, narazie mogę o tem tylko napomknąć. Co się tyczy wiedzy czy umiejętności fachowej jest to nielada orzech do zgryzienia. Brzmieć to może będzie zabawnie i niepoważnie ale jednak nie będzie w mojem powiedzeniu nic, coby się nie zgadzało z prawdą, mianowicie: fachowość jest potrzebna tylko fachowcowi. No oczywiście! A czyż zajęcie pomocnicy domowej można uznać za fach? Większość pań powie, że tak, ja jednak sądzę, że nie, przynajmniej nie w dzisiejszym stanie rzeczy. Czy można sobie bowiem wyobrazić fach, któryby się nadawał tylko dla kobiet wolnych? Czy wydaje nam się możliwe istnienie zajęcia, grupującego w koło siebie tysiące ludzi, którzy zgóry musieliby się liczyć z tem, że albo nie będą nigdy mieli prawa do stworzenia rodziny, albo z chwilą gdy tę rodzinę założą, będą musieli fach dotychczasowy porzucić? Jest rzeczą zrozumiałą, że nikt nie zechciałby dla wyuczenia się takiego rzemiosła poświęcić bodaj roku czasu. Można takie zajęcie przyjąć, o ile ono daje natychmiastowy zarobek, ale kształcić się, tracić czas i pieniądze mając nadzieję, że za dwa, trzy lata uda się wyjść zamąż, tego żadna dziewczyna nie zechce.

Pewien naturalnie procent, wychowanek rozmaitych zakładów, sierot, dla których lata nauki mają tę wartość, że bądź co bądź dają możliwe warunki egzystencji, zawsze się będzie w specjalnych szkołach dla gospodarstwa domowego dokształcał, stosunkowo jednak do potrzeb jest to ilość tak znikoma, że nie można jej prawie brać w rachubę. Naogół pomocnica domowa jest to coś jak żołnierz odsługujący lata służby, nie może przecież do takiego odsługiwania przygotowywać się specjalnie.

Z tem się musimy pogodzić, że dopóki pomocnice domowe, popularnie zwane służącemi, będą całe życie spędzały pod dachem chlebodawców, zajęcie ich nie stanie się fachem. Tylko w takim wypadku będzie się młodej dziewczynie kalkulowała nauka gotowania, prania etc. o ile po zamążpójściu będzie to również dla niej dochodowym fachem.

U nas umiejętnie pełniąca służbę przychodząca kobieta jest rzadkością. Zamożniejsi wolą mieć pomoc całodzienną, mniej zamożni obchodzą się tanią wyręką przy t. zw. czarnej robocie.

Dużo musiałoby się zmienić, żeby wykwalifikowanie pomocnicy opłacało się u nas naprawdę; w obecnych warunkach nasze panie z trudem pogodziłyby się z faktem, że służąca nie jest domownikiem ale osobą przychodzącą w umówionych godzinach wykonać umówioną robotę. Narazie nie dałoby się to nawet całkowicie przeprowadzić, nasze urządzenia domowe, handlowe i t. p. nie są do tego przystosowane. Nie o to tu zresztą chodzi, nie miałam i nie mam zamiaru dowodzić, jak być powinno, jak byłoby lepiej i t. p., są to zresztą sprawy bardzo skomplikowane, które się na papierze rozstrzygnąć nie dadzą. Ułożą się one zawsze tak jak na to rozmaite, wiążące się ze sobą ściśle okoliczności pozwolą. Idzie mi tylko o stwierdzenie, że wyszkolenie znacznej liczby pomocnic domowych nie da się uskutecznić, dopóki będzie to zajęcie traktowane doryweczo. Tylko taki fach można udoskonalić, który daje w rękę chleb zarówno pannie jak mężatce, który może być wykonywany w rozmaitych warunkach rodzinnych.

Tak jak jest obecnie, zajęcie pomocnicy domowej ma swoje dobre strony dla kobiety, gdyż zapewnia jej całkowite utrzymanie i pewien dochód, mimo to jednak bardzo mało dziewcząt zechce się kształcić w tym fachu, który jak żołnierza w koszarach trzyma ją poza obrębem całokształtu życia. Dobre to jest na lat kilka, dziewczyna się przez ten czas „obsprawia", oszczędniejsza zbierze trochę grosza i albo pójdzie zamąż, do czego dąży przedewszystkiem, albo jeśli jej się jakoś nie wiedzie, posłuży trochę dłużej i coś sobie innego przy pomocy uciułanego kapitaliku wykombinuje.

Jedynym chyba sposobem uzyskania sił względnie wyszkolonych, który w pewnej mierze samo już życie stosuje, jest praktyka służbowa. Lata pracy, poparte jak cenzurami szkolnemi, świadectwami wydawanemi sumiennie, mogłyby decydować o wartości pracownicy i należnej zapłacie. Ale i tu są trudności. Nic nie umiejąca, tania służąca dostanie się zazwyczaj do domu, który mało wymaga i gdzie się niewiele nauczy.

Sądzę, że w obecnym stanie rzeczy należy położyć nacisk nie na specjalne, zawodowe kształcenie pomocnic, ale na podniesienie poziomu wychowania w szkołach powszechnych. Praca domowa jest w gruncie rzeczy prosta, nauczyć się jej łatwo, każda dziewczyna czy kobieta rozsądna, rozgarnięta, grzeczna i uczciwa będzie znakomitą pomocnicą, niekiedy nawet lepszą od bardziej wyszkolonej, która niezawsze umie się nagiąć do zmiennych warunków w domach w których pracuje.

Alfa.

Co sobie powiemy?

Dla P. Gizeli.

Po przeczytaniu listu Pani nabrałam przekonania, że gospodarstwo Pani da się jednak usprawnić. Mam wrażenie, że pierwszym i najważniejszym warunkiem tego jest zmiana służącej. Nie może Pani pozwolić sobie na trzymanie służącej, któraby traciła 2 — 3 godz. na zakupy, gdyż powinna to załatwić w ciągu najwyżej jednej godziny, tembardziej, że targ jest w pobliżu. Przy przyjmowaniu służącej powinna Pani zgóry podać jej plan dzienny i następnie stale kontrolować, czy się tego planu trzyma.

Porządek dzienny w gospodarstwie Pani powinien być mniej więcej taki: sprzątanie mieszkania za wyjątkiem sypialnego pokoju i pracowni Pani od godziny 6 wzgl. 6,30 do godz. 8.

Zakupy na targu od 8 — 9 godz. przytem nadmieniam, że rzeczy potrzebne do śniadania może zakupić osobno około 7 godziny.

Pani jest zajęta dopiero od godz. 9-ej. Może więc Pani rano zająć się dzieckiem i doglądnąć, żeby wszystko na czas i dobrze było załatwione. Gdy służąca wróci z targu musi zaraz zdać Pani rachunek i wtedy może Pani spokojnie pójść do swojej pracy. Dziecko ma opiekę, bo służąca nawet podczas swojej roboty może się niem zająć. Teraz jest czas na sprzątanie sypialnego pokoju, przytem nadmieniam, że pościel powinna być wyłożona natychmiast po wstaniu i pokój wietrzony.

Jest mniej więcej godz. 10, służąca ma sprzątnięte mieszkanie, zakupy poczynione, ma więc czas, żeby zająć się dzieckiem (spacer, zabawa).

Na dwie godz. przed porą obiadową może się służąca zabrać do gotowania. Urządzenie popołudnia wydaje się łatwem (mycie naczynia, sprzątanie kuchni, cerowanie, lub szycie). Po ukończeniu pracy Pani, może służąca natychmiast posprzątać pracownię.

Dla uzupełnienia tego programu trzeba też pomyśleć o praniu, prasowaniu i o większem sprzątaniu. W mojem gospodarstwie urządziłam się w ten sposób, że co dwa tygodnie mam pranie (w ten dzień sprzątanie jest mniej dokładne, obiad skromniejszy, o ile możliwe (w zimie dzień przed tem przygotowany). Poza dniem prania sprzątanie pokoi powinno być bardzo dokładne tak, że można ograniczyć rozpacz wszystkich mężów i gospodyń, gruntowne sprzątanie, do dwóch razy do roku.

Nie podaje Pani z ilu pokoi składa się mieszkanie Pani, podałam więc obliczenie na trzypokojowe mieszkanie z kuchnią.

Wydaje mi się bardzo ważnem, by mieć w domu pewne zapasy (mąka, ryż, kasza, cukier, parę konserw, zapałki, świece i t. p.) i może Pani z tych zapasów codziennie przy omawianiu ze służącą menu na dzień następny, najlepiej wieczorem, wydzielać z zapasów. Przy wydawaniu codziennem, które nie trwa dłużej jak 10 minut ma Pani zaraz przegląd zapasów i wystarczy zupełnie zawieszona na drzwiach szafki tabliczka z rysikiem do notowania zapasów, które trzeba uzupełnić. W krótkim czasie, przekona się Pani, że gospodarstwo w ten sposób prowadzone zaoszczędza dużo czasu, szczególnie tanio przy zakupach.

Mam nadzieję, że tymi radami przyczynię się do usprawnienia gospodarstwa Pani i o ileby Pani miała jakieś pytania lub wątpliwości proszę się do mnie zwrócić a chętnie służę mojem doświadczeniem.

Ewa.

ODPOWIEDZI OD REDAKCJI

Pani I. S. W sprawie terminu i sposobu zakończenia żałoby.

Jak widać z listu Sz. Pani, oddziela pani i słusznie sprawę osobistego żalu od sprawy żałoby manifestującej się welonem i głęboką czernią. Kwestja noszenia żałoby jest sprawą dosyć złożoną, w gruncie rzeczy jest to jednak przedewszystkiem rodzaj towarzyskiej umowy, konwencjonalny wyraz żalu. Ale nawet w środowisku kładącem wielki nacisk na zewnętrzne objawy żałoby, po roku i sześciu tygodniach welon i czerń się odkłada.

Pozatem nawet przy welonie można włożyć popielate pończochy i do kostjumu bluzkę w biały deseń, a w lecie suknie szare w czarny czy biały deseń, względnie przerabiane. Tembardziej z chwilą zdjęcia welonu dopuszczalne będą szare palta, kostjumy, białe bluzki i t. p. Koronki écru, rzucik kremowy można nosić narówni z białym, kolory lila, fjoletowe są również uważane za półżałobę. Kapelusz słomkowy z chwilą odpięcia welonu jest najzupełniej odpowiedni, można go nosić z welonem co się dość często spotyka, nie jest jednak ładne, gdyż połysk słomki nie godzi się z matowością welonu.

Tyle o żałobie konwencjonalnej, przepisowej. Dodać muszę, że futra używane są do żałoby bez względu na ich kolor, o ile to są futra użytkowe, nie jakieś strojne fantazje.

Z sądami współobywateli przeciętny człowiek, zwłaszcza na niektórych stanowiskach musi się trochę liczyć, ale niewolniczo ulegać im niewolno.

Jeżeli mamy w zapasie suknie gotowe, niejaskrawe, możemy je po roku z całym spokojem nosić. Wszelkie zaś kombinacje szare, białe, czarne i écru, można nawet znacznie wcześniej. Osoby pracujące, dziś już w dużej większości nie noszą welonów, są one bowiem bardzo kłopotliwe w tramwaju i t. p., po kilku pierwszych tygodniach zdejmują je zupełnie.

Pozatem znam lekarki i pielęgniarki, które mimo ciężkich strat i wielkiego bólu, żałoby wcale nie nosiły, aby nie wywierać przygnębiającego wrażenia na chorych. W wypadku jeśli żałoba sprawia bolesne wrażenie na otoczeniu należy ją jaknajmniej podkreślać. Zwykły, ciemny skromny ubiór lepiej się nadaje do żałoby, niż obnoszenie welonów po głośnych miejscach rozrywkowych, co się przecież często widuje.

Po roku i sześciu tygodniach można włożyć każdą suknię, na ulicę narazie, aby nie było gwałtownego przeskoku doskonały jest szary kostjum z czarnym jedwabnym lub słomkowym kapelusikiem, modne kraty i t. p. w domu, na wsi, nad morzem, trzeba powracać do normalnego ubrania. Kolory bronzowy i beige jako łagodne i dyskretne będą bardzo odpowiednie. W domu nosiłabym je już teraz dodając jakąś czarną kokardę pod szyją i odpruwając jeśli są jakieś mocno barwne ozdoby.

To co pani pisze o wpływie żałobnego ubioru na stan nerwów, spotykałam już u osób, które bardzo czciły pamięć swoich zmarłych i nie przez lekkomyślność odkładały przed czasem żałobę, ale ciężki nastrój wywołany ponurym ubiorem, przygnębiająca atmosfera pokoju w którym się zbiera rodzina okryta kirem bardzo źle robią na stan psychiczny człowieka. Pamięć zmarłych można uczcić w inny sposób, głębszy, prawdziwszy i bardziej celowy.

W. P. Coppoto.

Robić krochmal z kasztanów warto tylko w takim razie jeśli mamy odpowiednie naczynia, t. j. szafliki, balje i t. d. Kotły niepotrzebne bo się nie gotuje, ale za to potrzebne są ręce do pracy, maszynka do mielenia, domowa bowiem do mięsa nie wytrzyma. O ile Sz. Pani ma to wszystko, co się w większych gospodarstwach na wsi lub w miasteczkach zdarza, to krochmal taki zrobić można, większe jednak inwestycje nie opłacą się, krochmal nie będzie wysokogatunkowy.

O kurach będziemy teraz przez czas pewien pisywali więcej.

Pani Marysi z Poznaia.

Za życzenia najserdeczniejsze podziękowanie. Przykro mi, że moje będą już spóźnione, pozwalam je sobie jednak przesłać tak sympatycznej czytelniczce. Artykuł na temat pożądany znajdzie Sz. Pani w dzisiejszym numerze. Zawsze najgoretszem naszem życzeniem jest zadość uczynić życzeniom i potrzebom naszych prenumeratorek i czytelniczek, czasem jednak z konieczności trzeba na odpowiedzi czekać długo, może to niektóre panie niecierpliwić i dziwić, ale brak miejsca jest temu często na przeszkodzie, często zaś zapytania są tego rodzaju, że wymagają specjalnych poszukiwań, przed którymi się nie cofamy. Niekiedy zaś, o ile jak np. w danym wypadku, kiedy sprawa wymaga szerszego omówienia, a może być interesującą dla większej liczby osób, odpowiadamy poprostu artykułem.

W sprawie ankiety „Co to jest dobra obywatelka?"

Drukowanie artykułów stanowiących odpowiedzi na zapytanie „Co to jest dobra obywatelka", dobiega już końca. Ankieta obesłana była dość obficie, niestety jednak większość pań nie zastosowała się do kardynalnego warunku wszelkich tego rodzaju kankursów, podając swoje imiona i nazwiska nie w zamkniętych kopertach ale zupełnie otwarcie.

Wszelkie podpisane artykuły musieliśmy z żalem wyeliminować.

W następnych dwóch numerach zakończymy ostatecznie drukowanie artykułów ankietowych, oraz załączymy kupony uprawniające do głosowania.

Równocześnie projektujemy sobie rozpisanie nowej ankiety, która powinna zainteresować wszystkie nasze czytelniczki.

Panie Czytelniczki, które chcą korzystać z wykrojów zamieszczonych na tablicach z formami, dodawanemi do naszego tygodnika, prosimy o zachowanie następujących warunków: wprawdzie przy każdej formie podany jest numer rozmiaru, jednak nie można się stosować do niego bez przymierzenia. Wszystkim paniom wiadomo, że ten sam numer trzewika, jaki nosimy, zazwyczaj nie jednakowo nam odpowiada. Każda stopa, każda figura ma pewne cechy indywidualne, które należy uwzględnić. Trzeba zatem wykrój przerysować na papier, dodając mniej więcej dwa cm. na szwy i ten papier (może być ze starych gazet) przykładać do figury, dodając w miarę potrzeby. Ten sam rozmiar ramion i bioder mogą mieć osoby wysokie i niskie, linje zatem boków, spódnicy i t. p. mogą się niekiedy sporo różnić.

Pani Wacława R. K.

Jaknajchętniej ocenimy artykuły Sz. Pani, nie obiecując jednak zgóry, czy je będziemy mogli zużytkować, ponieważ w niektórych dziedzinach mamy już teki przepełnione. Prosilibyśmy tylko o czytelne pismo, niekoniecznie maszynowe ale wyraźne i dużemi literami.

Pani H. J.

Uwagę Pani o późnem otrzymywaniu numerów zakomunikowaliśmy administracji. Co się tyczy białych punkcików i t. d. ze względu, że na ten temat mamy już kilka zapytań, zamieścimy w najbliższym czasie większy artykulik, który wszystkie poruszone przez panią usterki omówi.

Pani B. S.

Jedwabne jasne materjały wymagające prania najlepiej płókać w następującym płynie: 8 — 10 kartofli obrać i pokrajać w niewielkie kawałki, zalać trzema litrami wody i gotować 10 — 15 minut bez soli. Uważać aby nie rozgotować, bo się woda zagęści. Zlać wodę i w letniej zamoczyć jedwab, pozostawiając na pół godziny, poczem wyprać lekko nie wygniatając, bo załamania na jedwabiu dość trudno usunąć. Gdyby woda kartoflana okazała się bardzo brudna, zabieg powtórzyć, materjału nie wyżymać ale dobrze wytrzepać z wilgoci. Prasować po lewej stronie niezupełnie dosuszony.

Śmiejmy się?

Żona — Ach mój drogi, tak się pociąg spóźnił, pewnie myślałeś, że mnie coś złego spotkało.

Mąż — Nie moja kochana, nie byłem nigdy optymistą.

—o—

Żona — I cóż ci powiedział doktór, jaką przepisał kurację?

Mąż — Kazał używać dużo ruchu, wyjechać w góry...

Żona — Ach, to wyśmienicie, pobiegnij zaraz na górę i wytrzep wszystkie materace.

—o—

— Pożycz mi dwadzieścia złotych.

— Masz taki ładny pierścionek, zastaw go sobie w lombardzie, będziesz miał pieniądze.

— Kiedy to pamiątka po matce, nie mogę.

— Moje pieniądze są pamiątką po ojcu, nie mogę ich również oddać.

—o—

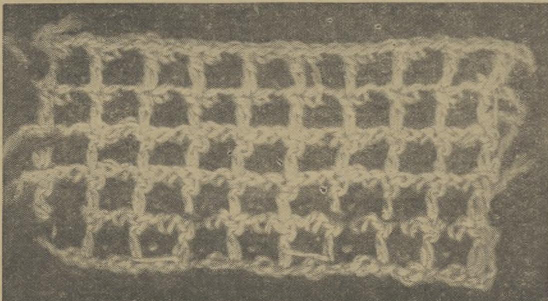
Wzór szydełkowy w kratkę

We wzorze mamy kratkę beżową, a środki brązowe. Każdy rząd zaczynamy od prawej strony do lewej, nie wracając, lecz obrywając nitkę.

1 Rząd: Na białym łańcuszku robimy brązową wełną pikotki z trzech oczek, umocowane na każdem trzeciem oczku łańcuszka.

2 Rząd: Na pierwszem oczku łańcuszka 1 zwykły słupek beżową wełną, 1 oczko, 1 półsłupek wpięty w środkowe oczko pikotki, poczem 1 słupek wpięty w oczko łańcuszka między dwoma pikotkami, 1 oczko, 1 półsłup. w pikotkę i t. d.

3 Rząd: Znów od początku zaczynamy nitkę brązową pikotki, chwytając tylko na jedną nitkę oczko poprzedniego rzędu, następujące po słupku. Druga pikotka w takież oczko następnej kratki.





Wykaz cen niektórych artykułów żywnościowych notowanych w Katowicach.

Chleb żytni	0,30
Mąka pszenna 65%	0,34
Masło deserowe	3,30
Mleko pełne, litr	0,26
Jaja	0,06
Wieprzowina 1 kg.	1,20
Wołowina 1 kg.	1,20
Słonina świeża	1,20
Kasza jęczmienna	0,36

Ceny płacone na placach targowych w kwietniu 1935 r. w Krakowie.

Mleko niezbierane	0.18—0.20
Śmietana	1.00—1.20
Śmietanka	0,50—0.60
Masło deserowe	3,00—3,40
Jaja świeże	0,05—0.06
Buraki ćwikłowe	0.12—0.15
Marchew	0.20—0.25
Cebula	0,35—0,40
Ziemniaki	0.08—0.10
Kura żywa	3.00—5.00
Kura bita	2.50—4.00
Szczupak	3.00—3.50
Ryba drobna	0.80—1.20

Dwa i pół złotego na życie

Teraz wypadnie nam się zastanowić nad kwestją obiadu. Niektóre panie chcą ze względów oszczędności wyrzec się mięsa lub używać go 2 — 3 razy na tydzień. Mojem zdaniem jest to słuszne przy specjalnie zaleconej djecie, naogół jdnak dodatek mięsa poprawia smak, mięso daje siły, dużo cieplika a nie tuczy. Kawałek przyda się codzień, choćby był maleńki. Według cen warszawskich a zatem wysokich, kości za 15 gr. wystarcza na smak do 4-ch talerzy zupy. Zupa taka nie wymaga już masła a śmietany tylko połowę. Zupa szczawiowa na kościach może być na 3 talerze zaprawiona nawet pół kwaterką śmietany i będzie smaczna, cała zaś kwaterka bez kości zawsze da zupę o smaku bladym, sprawiającym wrażenie chudej. Może naturalnie zachodzić okoliczność, że mamy wbród śmietany a o mięso i kości, w lecie zwłaszcza, trudno, w takim wypadku należy naturalnie korzystać z tego co mamy pod ręką, a to pod ręką jest tak rozmaite. Są miejscowości gdzie kaczka kosztująca w Warszawie 4 — 5 zł. kosztuje 1 zł. Grzyby, które w dużych miastach są luksusem, gdzieś koło litewskich borów można otrzymać za bezcen, nie mówiąc już o tem, że można je sobie zebrać i ususzyć.

Ważną bardzo rzeczą dla osiągnięcia możliwie wartościowego obiadu za cenę 1,10 gr. jest aby się zdecydować robić odrazu jeden na dwa dni. Ułatwia to ogromnie zakup i rozłożenie produktów a jakieś małe urozmaicenie da się i wtedy osiągnąć. Jeżeli potrawy powtarzamy rzadko, nie uprzykrzą się przez to wcale. a mąż, poinformowany o celu takiego dysponowania, ustosunkuje się do niego zupełnie inaczej niż wówczas gdyby podejrzewał w tem niedbalstwo. Nie chodzi o to, aby tak robić stale, niektóre dyspozycje kalkulują się wygodniej jednorazowo inne przeciwnie. Przekonają się panie same z jadłospisów, a te panie, które mieszkają za Warszawą zobaczą ile im pozostanie jeszcze na zwiększenie pozycji mięsa, mleka i t. p. Nam w Warszawie jest najciężej, ułożenie budżetu rodzinnego w ramach dwóch złotych groszy pięćdziesięciu nietylko jest trudne teoretycznie ale trudniejsze jeszcze do wykonania. A właśnie prowincja stosując się do niego będzie miała zawsze trochę miejsca na „nieprzewidziane", które należy przewidzieć.

Właściwie ogólnie nie wiele już mam do powiedzenia. Trzeba teraz ułożyć jadłospis, przy którym wypadnie wyliczyć wszelkie koszta szczegółowo.

Podam paniom dzisiaj projekt jednego tygodnia, zastsowany do obecnej, niestety przednówkowej pory, lada jednak dzień pojawią się różne nowości, nie mówię o nowaljach ale warzywie, sałatach i t. p. tanich.

Mamy już szczaw, zielona sałata z dnia na dzień tanieje, przyjdzie okres łatwiejszego przygotowania jadłospisów, ale co ważniejsza okres „żniw" dla pań gospodyń. Będziemy o tem na gwałt myślały. Ułożyć coś na piśmie to nie sztuka, rachunek zawsze się zgodzi, idzie o to, aby mieć wytrwałość utrzymać się w jego granicach, aby wyzyskać sezon, zebrać potrzebne zapasy, które się w zimie stokrotnie opłacą. Panie się tłomaczą, że to będzie kosztowało? Będziemy zużytkowywać same rzeczy tanie, a skalkulujemy to sobie zależnie od tego ile możemy na ten cel otrzymać od męża zgóry. Jeżeli mąż da nam na zapasy, nie, nie da, tylko pożyczy zł. 10 — 15 miesięcznie przez czas pięciu miesięcy od czerwca włącznie do Października włącznie, to otrzymamy sumę 50 — 75 zł. Tę sumę będziemy zwracały, a raczej będzie nam potrącana przez siedem pozostałych miesięcy po zł. 7.15 — 10,70, licząc w okrągłych groszach.

Jeszcze poruszę jedną sprawę, o której zresztą wspomniałam, sprawę urozmaicenia dań. Podam ich dość dużo, nie wszystkie jednak przypadną do smaku wszystkim, mimo to podam ich tyle, aby w nich była spora różnorodność. Wrażenie rozmaitości ma również swoje znaczenie, zwłaszcza dla niektórych osób.

Jeżeli np. podajemy w krupniku kartofle krajane w talarki, dajmy je w ogórkowej zupie w kostkę, w barszczu wołoskim pokrajmy je w paseczki jak kluski. Podobny wygląd sprawia wrażenie, że je się ciągle to samo. Nawet mało grymaśni panowie ocenią nasze staranie i wysiłek i chociaż nie będą sobie może zdawali całkowicie sprawy, na czem to polega, będą wiedzieli, że ich skromna kuchnia stoi na wyższym poziomie od innych tego samego pokroju.

Zmuszone do pewnych ograniczeń, będziemy też nasze obiady układały dość fantazyjnie. Raz damy lekką zupę i drugie danie cięższe, innym razem solidną mięsną zupę a po niej jakąś jarzynę lub leguminę, innym razem przekąskę i potrawę po niej, albo potrawę i leguminę. Nawet przy najskromniejszym obiedzie pożądane jest aby dań było dwa. Choćby tem pierwszem daniem był talerz sałaty z kartoflami, czy też leguminę stanowiła salaterka ryżu z mlekiem i cynamonem.

Mam nadzieję, że nawet najmniej doświadczona gospodyni będzie mogła z moich uwag korzystać. Obecnie pozostaje mi już tylko podawać przez czas pewien jadłospisy i przepisy.

PRZEPISY KULINARNE



Kapuśniak.

Kawałek wieprzowiny, obrane marchew i pietruszka, kto lubi pół cebuli zapieczonej na blasze zalać wodą i gotować 10 — 15 minut, po tym czasie cebulę usunąć bo jak się rozleci nie da się wyjąć, włożyć kilo kapusty kwaszonej, którą jeśli jest bardzo kwaśna dobrze wycisnąć z soku i gotować do miękkości.

10 deka słoniny świeżej pokrajać w kostkę i wytopić. Kiedy się skwarki zaczną rumienić, odsunąć od ognia, same już w gorącej słoninie dojdą, wybrać je widelcem i użyć do posypania nimi kartofli. W słoninę wsypać mąkę, gładko rozmieszać, rozprowadzić zupą i wlać do garnka, zagotować. Półtora kilo kartofli ugotować w całości, posypać skwarkami, wydać.

Nazajutrz wziąć pół kilo grochu żółtego, suchego, cukrowego, który powinien być namoczony na noc w zimnej wodzie i gotować bez soli na zamkniętej fajerce, żeby nie przypalić. Gdy jest prawie mięki, wodę zcedzić, posolić wlać 5 deka wysmażonej słoniny, przemieszać i wsunąć przykryty do pieca aby doszedł. Gdyby był przytwardy pokrapiać potrochu wodą aż będzie gotów a nie rozleci się na ciasto. Podawać do kapuśniaku na salaterce.

	gr.
½ kilo wieprzowiny	—.65
Kilo kapusty kwaszonej	—.30
15 deka słoniny do zaprawienia	—.15
10 deka słoniny do kartośli	—.10
5 deka słoniny do grochu	—. 5
1½ kilo kartofli	—.10
½ kilo grochu	—.15
Mąka, włoszczyzna, sól	—.10
	Zł. 1.60

Kapuśniak na dwa dni raz z kartoflami, raz z grochem.

Kluski.

Kilo mąki zagnieść na dość twarde ciasto z dwoma jajkami i trochą wody. Rozwałkować jaknajcieniej i rozłożyć placki ciasta aby podeschły. Pokrajane w pasy szerokie na 3 palce, przesypać lekko mąką aby się nie sklejały i krajać nożem w paseczki wąskie na ćwierć centymetra mniej więcej. Rzucić na gotującą wodę z solą na chwilę przed wydaniem. Gdy woda powtórnie zawrze a kluski wypłyną do góry, wylać w durszlak, połowę wyłożyć na półmisek, połowę przelać zimną wodą, rozrzucić aby się nie skleiły i zostawić na drugi dzień do odsmażenia. Mieć przygotowane 25 deka słoniny wysmażonej ze skwarkami, połową oblać kluski gorące i natychmiast wydać.

Nazajutrz wytopioną słoninę wlać na patelnię i drugą połowę klusek podsmażyć ostrożnie aby nie przydymić do zrumienienia.

	gr.
Kilo mąki pszennej	—.35
2 jajka	—.10
25 deka słoniny na 2 dni	—.25
	—.70

Krupnik.

Pół kilo wołowiny przerośniętej tłuszczem wstawić z włoszczyzną, solą, kilku ziarnami pieprzu i włoszczyzną, kto lubi listkiem bobkowym i angielskiem zielem. Po półgodzinnem mniej więcej gotowaniu wybrać ziarna i liść bobkowy i zasypać smak kaszą perłową. Zależnie od tego czy chcemy mieć zupę gęstą czy rzadszą weźniemy kaszy ćwierć albo pół kilo. Kiedy zmięknie zupełnie i zupa się nieco klejem zabieli, włoszczyznę wyjąć i pokrajać w paseczki. Zazwyczaj przy końcu gotowania kładziemy w krupnik kartofle pokrajane w talarki a gdy się ugotują wydajemy na stół, gotując jednak na dwa dni, kartofle lepiej ugotować osonbo, pokrajać już gotowe w talarki, pokłaść na talerze i zalewać zupą. Pół kilo kartofli wystarczy zupełnie na 3 talerze, nazajutrz zrobimy drugie pół kilo na świeżo. Gdybyśmy chcieli podać kartofle osobno same czy osmażone trzeba wziąć na raz całe kilo a słoniny conajmniej 5 deka.

	gr.
Pół kilo wołowiny	—.65
Włoszczyzna, pieprz etc.	—. 5
Kasza pół kilo	—.15
2 kilo kartofli	—.12
	—.97

Racuszki z kartofli.

Kilo kartofli ugotować jak zwyczajnie, drugie kilo obranych, surowych utrzeć na tarce. Ugotowane przetrzyć przez maszynkę i wymieszać dobrze z surowemi. Wsypać szklankę mąki pszennej, wbić dwa jaja, osolić i po wyrobieniu robić małe placuszki, które smażyć albo na rozpalonej słoninie albo na szmalcu z cebulką. Powinno się je robić przed samem wydaniem i podawać bardzo świeże i bardzo gorące.

	gr.
2 kilo kartofli	—.12
Szklanka mąki	—. 6
2 jaja	—.10
25 dkg. słoniny	—.25
	—.53

Marchew z fritkami.

Półtora kilo marchwi oskrobać, wymyć, pokrajać w kostkę i ugotować do miękkości. Kawałek masła lub 5 deka słoniny wytopić, rozetrzeć z mąką i marchew zaprawić. Kilo kartofli obrać, opłukać, pokrajać w paski cienkie jak kluseczki, sparzyć wodą, odsączyć zupełnie. 15 deka słoniny wytopić i zrumienić skwarki wybrać, można je potem wsypać, ale przy smażeniu kartofli spaliłyby się. Kartofle wrzucać w słoninę gdy zaczyna dymić lekko, rumienić i wybierać durszlakową łyżką.

Podawać równocześnie z marchwią.

	gr.
1½ kilo marchwi	—.15
25 deka słoniny (5 do marchwi)	—.25
1½ kilo kartofli	—.10
	—.50

Po dodaniu wszystkich pozycji otrzymujemy sumę 4 złotych, groszy 30 na cztery obiady dla trzech osób.

W małych miastach z cen powyższych zejdą dość znaczne różnice, których można użyć na zwiększenie ilość mięsa, mleka, etc. lub na opał do gotowania. Ze względu na brak miejsca nie możemy dziś podać więcej przepisów tej miary, podajemy jednak spis potraw na cały tydzień, licząc się z tem, że wiele pań da sobie może i tak radę. Pomieścimy je zrsztą w następnym numrze.

TYGODNIOWY JADŁOSPIS

Poniedziałek:

Kapuśniak z kartoflami.
Kluski ze słoniną.

Wtorek:

Kapuśniak z grochem.
Kluski odsmażane.

Środa:

Krupnik.
Racuszki z kartofli.

Czwartek:

Krupnik.
Marchew na jarzynę i kartofle smażone t. zw. „fritki".

Piątek:

Kaszka krakowska na grzybowym smaku.
Kotlety z kartofli z sosem cytrynowym.

Sobota:

Grochówka z wędzonką i grzankami z chleba.
Jaja sadzone z kartoflami.

Niedziela:

Zupa szczawiowa na wołowem mięsie.
Pierożki z mięsa.

HUMOR

Żona — Słuchaj, powiadają, że się ożeniłeś ze mną dla pieniędzy.

Mąż — Wolę już to niż, żeby mówili, że jestem idjotą.

—o—

— Stasiu, chodź do mamy.
— Nie mogę, piszę list do Krysi.
— Przecież ty nie umiesz pisać.
— To nic nie szkodzi, bo Krysia nie umie czytać.

Między przyjaciółmi.

— Czy ci twoja żona powiedziała, że był czas kiedy się z nią miałem żenić.
— Ach, jakbyś był dobrze zrobił!
(Petit Parisien).

— Małgosiu, popatrz, Bozia ci przysłała braciszka.
— Dlaczegoście mu obłamali skrzydełka?
(Petit Parisien).

Najciekawsze audycje muzyczne rozgłośni warszawskiej od dnia 5.V do 11.V 1935 roku.

Niedziela, dnia 5.V:

10.00 — Transmisja Nabożeństwa ze Lwowa.
12.15 — VI Poranek muzyczny z cyklu „Symfonje P. Czajkowskiego".
14.00 — Muzyka z płyt.
15.35 — Piosenki w wyk. Adolfa Dymszy — płyty.
16.00 — Koncert solistów.
17.00 — Orkiestra mandolinistów Związku Drukarzy.
18.00 — Koncert wileńskiej orkiestry kameralnej.
20.00 — „Od chatki do chatki, od karczmy do karczmy". audycja słowno-muzyczna.
20.30 — Wiedeńskie walce.
22.15 — Koncert kompozytorski złożony z utworów L. M. Rogowskiego.
23.05 — Muzyka taneczna.

Poniedziałek, dnia 6.V:

12.00 — Koncert zespołu Stefana Rachonia.
13.05 — Koncert solistów ze Lwowa.
15.45 — Muzyka baletowa do „Prometeusza" L. van Beethovena.
16.45 — Kwadrans słynnych artystów — Marja Kurenko (sopran).
17.00 — Zagadki muzyczne dla dzieci starszych.
18.10 — Duety cytrowe.
18.45 — Melodje podhalańskie z płyt.
20.00 — „Róże Madonny" — ballada klasztorna, muzyka R. Stolza.
21.00 — Koncert muzyki dawnej.
22.15 — Koncert małej orkiestry Polskiego Radja.
23.00 — Muzyka taneczna.

Wtorek, dnia 7.V:

13.05 — Słynne barytony.
15.45 — Koncert Orkiestry Kameralnej z Krakowa.
16.45 — Kwadrans słynnych artystów — Marja Olszewska, sopran.
17.15 — Koncert solistów.
18.00 — Koncert chóru Juranda.
18.45 — Ksylofon solo z płyt.
19.35 — Utwory na fortepian w wyk. Wl. Walentynowicza.
20.00 — Wesołe melodje filmowe.
21.00 — Koncert Orkiestry Symfonicznej Polskiego Radja.
22.00 — Serenada na skrzypce, wiolonczelę i fortepian.
22.45 — Muzyka taneczna.

Środa, dnia 8.V:

12.00 — Trio Jana Dworakowskiego.
15.45 — Orkiestra Salonowa.
16.45 — Kwadrans słynnych artystów — Reno Benedetti.
17.15 — „Muzyka współczesna dla niedowiarków".
18.00 — Zespół harmonistów warszawskich
18.45 — Piosenki w wyk. Marleny Dietrich i Adama Astora (z płyt).
19.35 — Tadeusz Olsza śpiewa swoje piosenki
21.00 — Koncert chopinowski w wyk. P. Lewieckiego.
21.40 — Pieśni polskie — transmisja z Katowic.
22.15 — Koncert Orkiestry salonowo - tanecznej.

Czwartek, dnia 9.V:

12.30 — Koncert szkolny z Filharmonji Warszawskiej.
16.45 — Koncert chóru „Echo" z Katowic.
18.00 — Pieśni w wyk. Heleny Ostrowskiej.
18.45 — Klejnociki Fr. Lehara — z płyt.
19.35 — Krótki recital fortepianowy E. Steinbergera (ze Lwowa).
20.00 — Pieśni i tańce Karola Kurpińskiego.
21.00 — Koncert symfoniczny.
22.15 — Muzyka taneczna.

Piątek, dnia 10.V:

12.05 — Utwory symfoniczne.
13.05 — Koncert zespołu salonowego Niny Mańskiej.
15.45 — Orkiestra 36 p. p. pod dyr. S. Lidzkiego-Śledzińskiego.
16.45 — Pieśni rumuńskie.
17.15 — Koncert kameralny.
17.40 — Audycja dla chorych w opr. ks. Rękasa (ze Lwowa).
18.45 — Utwory Fr. Kreislera — płyty.
19.35 — Zula Pogorzelska w swoim repertuarze.
20.15 — Koncert symfoniczny z Filharmonji Warszawskiej.
23.00 — Muzyka taneczna.

Sobota, dnia 11.V:

12.05 — Koncert zespołu Tadeusza Seredyńskiego ze Lwowa.
13.05 — Fantazje operetkowe.
14.45 — Muzyka salonowa.
15.00 — Pieśni białoruskie.
15.45 — Koncert Orkiestry Polskiego Radja.
16.45 — Kwadrans słynnych artystów — Egenja Umińska, skrzypce.
17.00 — Transmisja nabożeństwa majowego z kościoła pod wezwaniem N. M. P. w Wielkich Piekarach na G. Śląsku
18.45 — Piosenki Toli Mankiewiczowny i M. Fogga.
19.35 — II koncert z cyklu „Dwadzieścia cztery preludja" C. Debussy'ego.
20.00 — Koncert Małej Orkiestry P. R.
22.30 — Na wesołej lwowskiej fali.
23.05 — Muzyka taneczna salonowa.

TANIE FORMY BIBUŁKOWE. Administracja „Praktycznej Pani" wysyła na zamówienie, po otrzymaniu należytości i na koszty przesyłki, kwoty 30 gr., formy bibułkowe wszystkich modeli, umieszczonych w tygodniku. Ceny wykroi są następujące: bluzka, kamizelka, bielizna, spódnica, garderoba dziecięca — po 1 zł.; suknia, pyjama, szlafrok, kostjum, płaszcz — po 1 zł. 50 gr.

Celem zaoszczędzenia kosztów przesyłki pieniędzy i zamówienia, radzimy **pieniądze przesłać pocztowym przekazem rozrachunkowym** (w kolorze niebieskim, do nabycia w każdym Urzędzie Pocztowym w cenie 1 gr.). **Na odwrocie przekazu umieścić zamówienie** z podaniem numeru modelu z literą, np.: 170 p. p. 171 p. p. i t. d., oraz jednej z następujących wielkości, dostosowanej do własnej figury:

I.	GORS (połowa) 44 cm.	—BIODRA 50 cm.	—DŁUGOŚĆ 118 c
II.	„ „ 48 „	„ 52 „	„ 120 „
III.	„ „ 50 „	„ 60 „	„ 122 „

Przekazy rozrachunkowe adresować: Administracja „Praktycznej Pani", Warszawa, Ś-to Krzyska 17.

BIELIZNA Z KOLOROWYCH MATERJAŁÓW

168 p. p. Liseusa z cienkiego batystu albo lekkiego jedwabiu.

169 p. p. 171 p. p. 172 p. p. 173 p. p. Garnitur bielizny z cienkiego deseniowego batystu, przybrany batystem gładkim.

170 p. p. Szlafroczek z lekkiej flanelki, przybrany jasnym, surowym jedwabiem.

174 p. p. Szlafroczek z jedwabiu sztucznego w kwiaty.


168


171


169


172


170


173


174

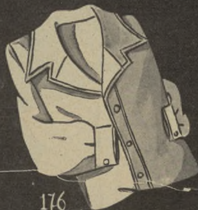
MK

DLA MĘŻÓW I SYNÓW

175 p. p. Bonżurka ranna z przerabianej wełny lamowana jedwabną tasiemką.
176 p. p. Koszula nocna dla pana.
177 p. p. Krótkie kalesony z surowego jedwabiu.
179 p. p. Koszula męska z deseniowej popeliny.
181 p. p. Szlafrok z baji obszywany sznurem.


175


178


176


179


177


180


181

MC













Kołnierze i kokardy najstosowniejszą ozdobą sukien

Tak modne obecnie skromne suknie w ciemną kratę albo ciemne w jasny rzucik, dopełniają się ślicznie i szykownie przez włożenie świeżego kołnierzyka, krawata albo kokardy. Nawet stara, podniszczona sukienka stosownie przybrana sprawia wrażenie eleganckiej i świeżej.



MCMK

„PRAKTYCZNA PANI" tygodnik ilustrowany wychodzi w każdą sobotę. **Redakcja i Administracja: Warszawa, Świętokrzyska Nr. 17 m. 3, tel. 6-76-72.** Redakcja czynna codziennie od godz. 10 — 14-ej.

Prenumerata z odnoszeniem do domu przez pocztę: miesięcznie 1 zł. 30 gr., kwartalnie 3 zł. 90 gr., półrocznie 7,80, rocznie 15.60. Numer pojedyńczy 30 gr. Pod opaską mies. 1.70, kwart. 5.10, numer pojedyńczy 40 gr.

Prenumerator nie ponosi kosztów przesyłki pieniędzy do Administracji, **o ile pieniądze nada za pośrednictwem pocztowego przekazu rozrachunkowego** (w kolorze niebieskim), który można nabyć w każdym urzędzie pocztowym w cenie 1 gr.

W sprawach dotyczących **rękopisów i treści pisma** prosimy zwracać się **wyłącznie do Redakcji,** w sprawach odnoszących się do **przedpłaty, ekspedycji, pokrycia należności oraz ogłoszeń — wyłącznie do Administracji,** nie zaś pod osobistym adresem redakcji. Rękopisów nie zwraca się. W razie wypadków spowodowanych siłą wyższą w zakładzie, strajków i t. p. wydawnictwo nie odpowiada za regularne dostarczenie pisma i abonenci nie mają prawa domagać się niedostarczonych numerów lub odszkodowania.

CENY OGŁOSZEŃ: Wysokość kolumny 270 mm., szer. 200 mm. Kolumna dzieli się na trzy łamy: szer. łamu — 63 mm. 1/1 strony 500 zł. 1/2 250 zł. i t. d. Miejsce zastrzeżone 25% drożej. Wiersz milimetrowy jednołamowy lub jego miejsce 65 gr. Drobne ogłoszenia za wyraz 20 gr., dla poszukujących pracy — za wyraz 10 gr.

UWAGA: Administracja nie przyjmuje odpowiedzialności za termin ogłoszenia oraz za zgubę lub zniszczenie matryc i klisz. Zastrzeżenie miejsca obowiązuje Administrację tylko wówczas, gdy za takie zastrzeżenie zostanie zapłacona przewid w cenniku 25% nadwyżka. — Omyłki, które zasadniczo nie zmieniają treści ogłoszenia, nie upoważniają do żądania zwrotu gotówki, ani też nie zobowiązują Administracji do bezpłatnego powtórzenia ogłoszenia. — Uzasadnione reklamacje będą uwzględniane, o ile zostaną wniesione do dni 8-miu od daty ukazania się ogłoszenia, lub od daty otrzymania rachunku. Podwyżka cen ogłoszeń może nastąpić w każdym czasie i obowiązywać będzie również te ogłoszenia, które zostały zamówione poprzednio a nie były zgóry zapłacone. — Wydawnictwo zastrzega sobie prawo nie umieszczenia całego ogłoszenia, względnie jego